كتاب جامع



كوني قوية

إشراف:

ديرم أشواق

كوني قوية

كتاب جامع

إشراف:

ديرم أشواق

مكتبة جديد بدف
JadidPDF.COM

الكتاب: كوني قوية.

النوع: نصوص وخواطر.

تأليف: مجموعة مؤلفين.

إشراف: ديرم أشواق.

مكتبة جديد بدف
JadidPDF.COM

إصدار 2021.

جميع الحقوق محفوظة.

الفهرس:

الإهداء: 8
مقدمة: 9
مريضتي الأسيرة..... 10
خير صفاء..... 11
أنت انثى قوية 12
شلالي فريال 12
كوني قوية 13
خولة قريوش..... 15
كوني قوية يا حواء..... 16
منار رومان..... 17
انت انثى سلاح الحياة..... 18
صحراوي شمس..... 18
كوني قوية 19
بن طالب ندى 19
من جب المآسي إلى قافلة الأمل..... 20
احلام عويلي..... 22
أقصوصة ليلة ديسمبر 23
هديل بكاكرة..... 26
امرأة حديدية..... 27
اية الرحمان جرو..... 28
عناصر القوة الثلاثة 29
عبد الرحيم ادلحسن..... 31
غصن الاحلام..... 32
غفران نور اليقين عواشرية 33
لا تستسلم..... 34
بوغرارة اميمة 34
خمس دقائق فقط 35
بقدي خالدية 35
لابأس...فقد كنت غريب وستعود..... 36

رؤى غنام 37
الفتاة المتألقة 38
مهدي شيماء 39
فضول فراشة 40
وداد بركاتي 41
آخر انفاس روحي 42
آمنة وليمار 43
لا تستسلم بل حاول 44
سهام بوغرارة 47
كوني انت 48
إكرام بشاطة 48
أعلم من أكون 49
مها أشواق طير 49
جرعة تحفيزية 50
لقديم شيماء 50
كوني انت 51
فاطمة الزهراء بولحية 51
وراء أجمل أشيائي 52
شهد عادل الكيلاني 56
كوني قوية 57
مرام البجاوي 59
لأنك قوية 60
أمينة عزري 60
سيف ذو حدين 61
فاطمة الزهراء بنباري 61
كوني قوية 62
فريال قاسمي 64
سيدة المجتمع 65
أمينة محي الدين 66
حاربي الظلام حتى تشرق الشمس 67
خير مروة 68
أنت رمز القوة 69

jadidpdf.com

عقاب روان 69
كوني قوية 70
بن بعلية هبة الله..... 72
إعاقتي ليست حاجز 73
أمال.خ..... 74
كوني قوية 75
معمر فايزة..... 76
هن القوة..... 77
هبة ضيان 77
كينونة 78
عبد العالي ماريا شيماء 78
كوني قوية 79
لكحل سيرين 79
أنت الأقوى والأمثل..... 80
نهلة العلمي 81
كوني قوية وناجحة 82
تاجر مها..... 82
كبرياء أنثى 83
برانسي ماريا 84
عزيزتي الأنثى 85
خالفي سلسبيل 86
وتمضي الأيام 87
لطرش اية..... 87
أنا قوية 88
هناء دفلاوي..... 88
أنت عظيمة 89
بن عوالي دعاء السجود 89
تجاهلي..... 90
بن عوالي دعاء السجود 90
كوني قوية 91
بطيب هنادي 91
أنثى بنكهة الأمل 92

jadidpdf.com

دنيا حمراوي 93
ولدت من جديد 94
حنان بوعيشة 95
كيف تكونين قوية 96
مريم كركار 97
رسالة لك 98
نورا الحراتي 98
كوني أنت 99
كيحول خولة 99
لا للفشل 100
بشرى قرناني 100
أنثى استثنائية 101
زرفة ملاك 102
قوتك مفتاح نجاحك 103
لسبط براءة 103
كوني قوية 104
بن صغير وصال 104
دعمك يا انا 105
سلسبيل دوخي 106
كوني قوية 107
سمية بن دادة 107
أنت القوة 108
زهراء عبد جبر 108
رسالة حواء 109
لعواشرية بثينة 110
قاومي من اجل الحياة التي 111
بالطيب ملاك 111
مطبات الحياة 112
جهينه الحسام 112
أحلام وجب لها ان تتحقق 113
صارة بوشامة 117
كوني قوية 118

jadidpdf.com

سلافة منار 118
كوني النسخة الأفضل من نفسك 119
هديل حمادي 119
لا أراك في غير القوة 120
أريج الحمدي 121
نصيحة إلى أختي.....122
خديجة الحسين برادا.....123
جميلتي.....124
سميرة برادا 124
كفاح انثى.....125
سميرة طعوش 126
شظايا روحي.....127
أنفال بومشوان.....127
جرعة أمل 128
بودماغ أمينة 129

مكتبة جديد بدف
JadidPDF.COM

الإهداء:

إلى الكُتابِ خاصةً، والقُراءِ عامةً.

jadidpdf.com

مقدمة:

بسم الله الفتاح العليم، بسم الله بديع السموات والارض ذو الجلال والاكرام، الحمد لله حمدا كثيرا مباركا فيه ملئ السموات والارض وملئ ما بينهما من شيء بعد، نحمد الله ونشكره ونؤمن انه هو الواحد الاحد، وان سيدنا محمد عبده ورسوله.

اما بعد:

عزيزي القارئ .....خذ هذا العدد مني

القوة لا تكمن في البدن، وانما في تجاوز العراقيل والتجارب الفاشلة للوصول الى المبتغى.

وكثير من الكاتبات المتألقات أبدعن وعبرن عن ما يجول بخاطرهن في هذا الموضوع.

jadidpdf.com

مريضتي الأسيرة

يبدو أنه لن يكون فحصا سهلا فحسب، سرعة تنفسك راتيك مصابتان يحتاجان للأكسجين .أه كيف أنقذك و كلامك ينقطع فإن زودتك بالعلاج لحظة فقط. ما هذه الآثار في كتفك الأيسر وكانه يحترق، حقيقة ما من مهرب من الألم، آسف فكرايتك الدموية أو بالأحرى جنودك ضحت بكل قوتها و لم يستطيعوا المقاومة فإنها نار العدو قد أحرقتهم حتى أنها وجدت خلايا من داخلك تعينهم على اسقاطك، حتى وإن نجحت فإخماد نار كتفك لأن شتى الخلايا الأخرى تعد بالمساعدة. ماذا عن نار قلبك التي لا دواء لها فالخائن ابنها وحبيب قلبها يرمي بها للمصائب أه ما هذا، ما الذي حدث لأمعائك هل هو الجوع والعطش من أهلكها يا سيدتي. انها من سيئ لأسوء دعني أتفقد ما تبقي لعلي أجد شيئا سليما. ما بها رجلك هكذا لا خلية فيها تعمل، إنها كصحراء قاحلة لا فرصة للعيش فيها حقا أنا مندهشة حتى حدود اصابعك وكأن أصابها العفن وكأن الدود قد لجئ إليك. أريد أن أفحص أعينك لكني حقا مرتعب من النتيجة لا بأس سأتقوى، لما هذه الدموع وكأنك فقدتي أحد أبنائك أو كل عائلتك قومي سيدتي واتبعيني كي أكتب لك وصفة لعلها تفيدك، ما اسمك الجزائر إذا اسمعي يا جزائر، لن أقول أنك في حال جيد على العكس تماما فقط عليك بمداومة الدعاء، لعلكي تسعفين خلايا كي وما عليك الا أن تكوني قوية. فالأمراض القادمة قد تكون أسوء، كن عازمة

jadidpdf.com

نقية تعتمدين على نفسك لأن رئتيك لا تتحمل الكثير من التلوث، كوني جميلة فغير ابتسامتك لا شيء يعين أهلك فهم بحاجة لك الان لا تستسلمي لأنك الأب والأم والأخت والحياة والوطن كوني قوية.

خير صفاء

jadidpdf.com

أنت انثى قوية

إلى كل أم ، أخت ، زوجة ، و ابنة
في مجتمعٍ ذكوريِ ولدتي
قيل آيتها البطن لما هذه لنا انجبت
رضيعتاَ في المهد دفنت
سيسألهم الرب بأي ذنب قتلت
توالت السنين و لتفكير المجتمع غيرت
بصماتك عليه وضعت
أنجيلا كنتي و لا ألمانيا حكمت
احلام كنتي و بالقلم خطيت
طبيبتا كنتي و للجروح عالجت
أستاذة كنتي و للأجيال علمت
انت كافحت و كافحت و كافحت
انت لست عار
انت لست كما قيل و يقال
بل انت حاملة لِ تاج الوقار
أنت أمان ...
انت وطن ...

شلالي فريال

jadidpdf.com

كوني قوية

كوني قوية..! إياك أن تجعلي اليأس يخالج هشاشة قلبك فيرديك فاشلة...! كوني قوية...! إياك أن تتوقفي عن الحلم و الخيال و العيش في عالمك الجميل الوردي يوما، فإنك بذلك تفقدين الرغبة في الحياة...! كوني قوية...! لا تسمحي للكلام الساخر بتحطيم طموحاتك... و كوني ذكية و اجعليه حافزا بدل من أن يكون عائقا.. كوني قوية...! فليكن السعي و العمل دأبك.. و الابتسامة مصدر قوتك.. و الطيبة نهجك.. و الصبر قربانا صادقا لك تقدمينه فِداء لبلوغ مُرادك..! كوني قوية...! تعلمي ثقافة التجاوز بل وأتقنيها، ليس كل عابِرٍ يستحق دموعك.. و لا كُلُّ موقف يُسبب انكسارك.. و لا كلّ ثَرْثَرَة تثني من همتك...! كوني قوية...! تغلبي على نفسك و عواطفك المُبالغ فيها ولا تَنتقمِي لها.. رُدي السيئة بالحسنات... و الجفاء بالصِّلاَتِ.. و الأذية بالعفو و التجاوزات. و القسوة باللّين... كوني قوية..! أتقني فن التجاهل و التَّناسِي .. اجعلي وقتك غاليا و باهضًا.. وقتك أغلى من أن يذهب هباءً منْثورا و أنت عالقة في محطة الانتظار، تعيشين الحزن والانكسار، تتنفسين بقايا الذكريات.. تنزف مُقْلتيك شلالاتٍ و أنهار.. أفيقي حبيبتي و واصلي المسير.. فما لأنصاف الأشياء خلقت.. وقتك و عمرك ثمين.. و منتصف الطريق للمتسولين العطف و للفاشلين... و احذري أن تكوني منهم فتخسرين ما بقي لك من سنين...!! ليس كلُّ راحل مات فيك بعدما جعل قلبك

jadidpdf.com

حطاما يستحق أن ترثيه.. و أن تَبكيه و تنعيه.. ادفني له قبرا يليق به في أقصى زوايا ذاكرتك.. و بكَفَن النسيان لُفِيه و بكافور اللاشيئ رشيه ثم في تابوت الماضي احمليه.. و براحة و سرور أهِيلِي عليه تراب الزُّهد فيه.. اجعلي منه موءودا و لا تشفقي عليه... و

اقري عليه ختامًا فاتحة كتابٍ عُنوانه «الطعنات التي لا تقتلك تُقويك»...!!

كوني قوية..! فلتكن الصَّلاة سلاحك و التضرع في غسق الدُّجى رماحك.. و التوبة و الأوْبة حِصْنك.. و لا تجعلي غير الله سندك...

قيام الليل يا حبيبة مِشْكاتُك.. و الفجر و قُرْآنهُ منارتك... و الذِّكر الكثير من سِماتِك.. !! كوني قوية..! لا تحزني على كلِّ أمر ظننته شرا فلعله ذروة الخير لك و لكن ما بَدا واضحًا لك.. غيري زوايا منْظَارك كل حين فكلما رأيت الموضوع من زوايا مختلفة اتَّضَحت رؤيتك.. و اتسعت و اكتملت دائرة إدْراكِك.. ففي المنع من الله عطاء و في بعض العطاء منع.. لذا فتَارَة صبرٌ و تارة أخرى شُكرٌ.. !! كوني قوية..! اصنعي من المستحيل حقيقة، و من الأمل رفيقا، و من السعي و الجِدِّ صديقا.. و تذكري غاليتي أن تكوني غيمة بيضاء نقية.. تحيي يباس الأرواح عطاءً و أملا.. و تُظِّل القلوب من شعاع يأس يحرق القلوب.. و لتُغِيثيهِم من مطر السرور.. و تتركي أثرا جميلا و لا تكوني عبئًا ثقيلا على أحد شامخة في كل الحالات.. !!

jadidpdf.com

تعيشي أسعد من في الكون

خولة قريوش

jadidpdf.com

كوني قوية يا حواء

كوني قوية يا حواء، فالحياة لا تحترم إلا المرأة القوية التي لا تكسرها التجارب الفاشلة وإنما تبنيها، كوني أنتِ حتى لو لم تعجبي احد فأنت اجمل حين تملكين الثقة بنفسك، كوني قوية اختاري حلما وحققيه.

كوني قوية و ابتسمي كما لو أن الفرح دخل قلبك بقوة، و لا تجعلي سعادتك تتعلق بشخص ما ولا تتخلي عن مبادئك، أجعلي لنفسك حياة وكوني قدوة لنفسك، وإن غلبك الضعف والحزن يوما أخفيه بأعماق قلبك ولا تظهريه، اغلقيه جيدا وضعيه في رفوف الماضي. اسمعيني جيدا و إياك ثم إياك أن تهزمي ..! ضعي أحمر الشفاه و ابتسمي و الكحل، و انهضي اعتني بنفسك وتدللي لست بحاجة لمن يخبرك بجمالك، فأنت جميلة كوني طفلة أصنعي أحلامك الكبيرة. خلفتي لتبدعي ولتصوني نفسك، أقتدي بحجابك فأنت جوهرة، أنت ثمينة فاحذري الأعين عليك كثيرة، كوني حرة ولا تهتمي لما يقوله مجتمعك البائس. اجمعي قواك العقلية والقلبية وحاولي ان تثبتي للعالم من تكوني انت لا تسمحي لأي شيء ان يتغلب عليك، قاومي وتحدي وواجهي كل شيء لأنك اقوى من اي شيء، ومن كل شيء كوني استثنائية مختلفة عن كونك امرأة عادية و كوني امرأة قوية الشخصية وصاحبة تفكير متميز، جادلي ناقشي وتحدثي بقوة و ضعي انوثتك جانبا وابرزي عضلة اللسان، تناسي الدلال قليلا واجهي من يؤذيك ولو بالكلام وضعي له

jadidpdf.com

حدا، كوني قوية قاسية و إيّاك ان تكوني ضعيفة طيبة رائعة ومتجدد بشكل يومي كوني انت فانت كل شيء ولكنك أهم من كل شيء.

كوني صعبة الكسر رائعة و مختلفة، كوني قوية و دوسي وَجعَك تحت قَدمك وَ امشِي مبتُسِمة وَاثِقة مِنْ نِفسِك أمَام كل منْ ينتْظُر سِقُوطك، كوني أنت حافظي عَلَى قلبك و تفهمي ذاتك أدركي حواسك استمتعي، فأنتِ الدنيا و فيك الحياة و ما انت الا الأفق الذي تشرق منه شمس السعادة على هذا الكون فتنير ظلمته، والبريد الذي يحمل على يده نعمة الخالق إلى المخلوق، والهواء المتردد الذي يهب الإنسان حياته وقوّته، والمعراج الذي تعرج عليه النفوس من الملأ الأدنى إلى الملأ
فأنت جميلة وبصفات الجمال خلقت.

منار رومان

jadidpdf.com

انت انثى سلاح الحياة

انت أيا كنت يا ثمرة الاشجار .سواء امرأة او زوجة أو أخت أو بنت انت الحياة بأكملها بدايتها معك ونهايتها معك .بدونك لم يستطع أدم بداية الحياة وحده وبمجيئك صنعت العالم ..انت ثريا اينما ذهبتي تنورين الارجاء .انت شعلة من العطاء فيك البركة والنماء أينما حللت عطرتي الأرجاء ...

لماذا ؟لماذا يأتي أحد من قارعة الطريق يعلقك به ويحببك فيه وبعدها يخونك فتذبلي يا وردة الدنيا لأجل ..شخص لا رجولة له تنحني وتضعفي

ولن تواصلي حياتك ماذا بك ؟؟

ليس هكذا فالحياة تستمر على لمر أيضا انت امرأة .. أقذفيه بسلاحك وأحرقي قلبه بعينيك المشتعلتين بالغضب .دمري قلبه بضحكتك واستمرار حياتك .انت قوية مهما عصفت بك رياح الحياة واختلطت عليك خيوط النجاة .انت مفتاح الي كل القلوب ..كوني قوية لأجلك لان قوتك .تنير العالم بك تبنى الأسرة والمجتمع.

صحراوي شمس

jadidpdf.com

كوني قوية

كوني أنت حتى وإن لن يعجب بك أحد ، كوني على ثقة بالله وتذكرني بأنك لن تخلقي عبثا، حاولي إثبات نفسك بمجتمعك ، لا تفشلي وحذفي من قاموسك كلمة استسلام، كوني أنت وفقط...

ما دمت على صواب فكوني قوية، لا تفشلي ولا تيأسي مادام لك حقوق وعليك واجبات، لا تستسلمي للعقبات فلا طعم للنجاح بلا خطوات من الصراع، كوني بذاتك قوية ولأجلك سيري في الدرب غير أبهة بما يحاول سد دربك فالإصرار عنوانك والثقة سلاحك، فما أجمل الثقة بالنفس.

أعلنني عن قوتك، لتشهد لك الصعاب وتلقي أشواك الفشل لك تحية، بعد هزمها بشموخ الجبال ولكن إياك أن تجملي نفسك من أجل غيرك، فالتصنع يجعلك هشة وباهته، اجعلي من يراك يحبك كما أنت لا كما يحب هو، كوني لنفسك وفية وإن عاكستك ظروف الحياة، كوني قوية لأجلك فقط.

بن طالب ندى

jadidpdf.com

من جب المآسي إلى قافلة الأمل

ما بك غاليتي؟ لماذا كل هذا الحزن محيط بك؟ لماذا غرقت في جب المآسي والهموم؟.

أعلم أنك خائفة من قدوم المستقبل عاصفا برياح الحزن، أنت تهابين كل ما هو آت ومجهول، تودين أن تثبتي أنك الأفضل لكن لا أحد يرى مجهودك، أعلم أنك تحاربين رغم قساوة الزمن وتأملين أن يكون القادم حافلا بالأمنيات المحققة، أنت تقاومين بشراسة كلبؤة تنقض على النمر لتحمي اشبالها، إن التعب أرهقك وأنهك جسمك الضعيف، إن مظهرك يوحي بذلك، فتلك الحدائق السوداء المحيطة بعينيك، ولون وجهك الليموني، شفتاك التي أكلهما التوتر، كل تلك الصفات تخبرني بصعوبة المطبات التي مررت بها، لكن حبيبتي ذكري نفسك: لماذا تحملت كل هذا الوقت وأنت تحملين كل هذا العبء؟ لماذا صبرت على كل هذا الشقاء؟ لماذا بنيت كل هذه الطموحات؟ لماذا أخطت هذا الثوب الطويل من الأماني؟ هل تريدين التوقف؟». أنت لا تدركين أن كبر عينيك، وغزارة رموشك لها أثر التوت على قميص أبيض، أنت لا تعرفين أن لون البن في عينيك يخدر من يراك وأنه بمجرد مرور أشعة الشمس الذهبية من خلال عينيك لتصبح لحظتها تشبه النعنع المغروس في التربة

jadidpdf.com

يفتن كل من يراك، تدرج ألوان بشرتك كهيئة السلام، هذا هو الجانب المشرق منك أما عن الجانب المظلم فالحديث فيه لا ينتهي. هناك من يعشق جانبك الأسود ويتيه في ظلام ليلك، في عواصفك الليلية قوة كامنة لا يدركها إلا العاشق، تأكدي أن أحدا يعشق ندوبك وجراحك، من يتغزل بهالاتك ويغرق في فوضوية حاجبيك وتآكل شفتاك.

أنت لؤلؤة مكنونة، و نجمة لامعة، تذكري أنك فرحة والديك الأولى، وفخر أبيك وعكاز أمك، لا تنسي (اخلاقك، عفتك، قوتك، هشاشتك، حساسيتك المفرطة، فوضويتك. طيبتك، حسنك، جمالك، اعتصامك بحبل الله)أنت كزهرة التوليب
إنها زهرة لم تخلع عنها عباءة الحياء.
كلك حسن وجمال أنت جليلة كدموع شيخ اختلطت مع ماء وضوؤه، منيرة كالبدر في الليلة الظلماء.
لا تحزني وقري عينا، تذكري خالقك، إن الله ينير ما بين المشرق والمغرب أيعجز أن ينير جانبك الأيسر، إن الله كرمك بكل هاته الصفات، لا تقلقي فما أتى مضى، وماهوا آت مكتوب في لوح محفوظ. لا تطفئي نورك، حطمي اعدائك، ابلغي عنان السماء، كوني كغيمة خفيفة الظل تروي الأرض من لطفها، أنت أمنية أحدهم ودعوة آخر في منتصف الليل، أنت كالعمر لا تمرين إلا مرة واحدة، أنيري عالمك وأنفضي عنك غبار اليأس والحزن، كوني كالغيث النافع أينما وقعت نفعت، كوني قوية، إيجابية، لافتة النظر،

jadidpdf.com

صعبة المنال، مؤمنة بالله، والأهم كوني أنت واسعدي بكل ما تملكينه. انتقلي من جب المآسي إلى قافلة الأمل.

احلام عويلي

jadidpdf.com

أقصوصة ليلة ديسمبر

لطالما تميزت ليالي ديسمبر بشدة برودتها و كذا قصر أيامها، لكن رغم هذا كانت " هيفاء "بالرغم من هذه الأجواء تنهض كل يوم في الصباح الباكر فقط لتذهب للمقهى الخاص بها؛ تقوم بفتح المحل كل يوم على الخامسة صباحا فيأتيها كثير من الزوار أغلبهم عابروا سبيل قد انتهى بهم المطاف متعبين من السفر، و لا مكان يلجئون إليه سوى مقهى الآنسة " هيفاء ".لقد تحول من مقهى إلى مكان لطيف يلم شمل كثير من الأصدقاء، و يلجأ إليه كل عابر السبيل في الأيام الباردة؛ فتقيم لهم العشاء بأجر إضافية، و قد تتغاضى عن أجرة كل محتاج لا يملك ثمن الدفع. إنها تعمل بمفردها في تلك المقهى منذ سنوات صغرها، أما في السنتين الأخيرتين فقد التحق بها شاب يصغرها بست سنوات ليقوم بدور النادل و يأخذ أجرة بمقدار عمل كل يوم." هيفاء " هي فتاة تبلغ من العمر ستة و عشرين سنة؛ يتيمة الأبوين و لا إخوة لها، تعيش في المقهى الخاص بها منذ أن كانت بعمر الخامسة، و قد فقدت كل أقاربها تقريبا في حروب أهلية مست منطقتهم بشدة، و هنا اضطرت للتنقل بمفردها إلى المدينة التي تقيم فيها حاليا.

- ها هو ذا نادلنا الغبي قد أتى متأخرا مرة أخرى، أين كنت كل هذه المدة أليس منزلكم قريبا من هنا ؟

هذا ما كانت تقوله " هيفاء " للنادل " مصعب " كل صباح؛ فقد كان شديد التأخر عن العمل و هذا كان يزعجها للغاية..

jadidpdf.com

لكن شخصا ما كان هناك يتناول فنجان قهوة صباحي قد قال:

- إذا كان يتأخر كل يوم فلم لا تطردينه و تحضرين غيره؟

و لكن بعدما سمعت كلام الرجل ابتسمت و هي ناظرة إليه و قالت:

- و كيف للمرء أن يطردَ أخاه؟ ربما فقدت عائلتي لكنني حظيت بهذا الشقي، فبالرغم من شقائه أعده أخا لي و سندا أتكئ عليه في وقت الشدة !لقد ابتسم " مصعب " إثر سماعه هذا الكلام بالرغم من التوبيخ الذي ناله، و أردف أمام " هيفاء " يعدها أنه سيحاول ابتداءً من هذا اليوم عدم التأخر مرة أخرى.

كانت أيام ديسمبر الأخيرة شديدة البرودة، لكن المقهى دائما ما كان دافئا فيلجأ إليه الكثيرون ليشربوا فناجين قهوة على أنغام عزف " هيفاء " لهم .. حقا إنه لمن الجميل ارتشاف القهوة التقليدية ذات المذاق الحلو أثناء الاستماع لأنغام الموسيقى !و في ليلة نهاية السنة الميلادية، قررت " هيفاء " القيام بحفلة بسيطة لتهنئ فيها الزوار الدائمين لديها و بعض المجاورين لها ببداية السنة الجديدة، كانت قد أعدت حلويات متنوعة و كثيرا من القهوة كعادتها، و أضافت الشاي الأخضر الذي اشتراه لها " مصعب " من إحدى محلات المدينة.

- هيا يا أيها الزبائن الكرام اجتمعوا هنا عرض خاص، و كل شيء بالمجان اليوم !

jadidpdf.com

هذا ما كانت " هيفاء " تقوله لكن النادل أردف قائلا:
- مهلا لماذا جعلتِ كل شيء مجانيا؟ كيف سأنال أجرتي لهذا اليوم؟
فردت مبتسمة:
- فقط لأنك لن تعمل اليوم فهو يوم إجازتك، و يمكنك كذلك تناول ما تريد بالمجان؛ هيا ابتسم و إلا غيرت رأيي !

فما كان على " مصعب " إلّا الابتسام و الخروج لاستدعاء الزوار الذين ملئوا باحة المدينة، ها هو ذا مقهى الآنسة " هيفاء " يعج بالزوار السعداء، لقد كانت جد سعيدة لرؤية الابتسامة على وجوههم؛ خصوصا الفقراء منهم لأنها تعلم جيدا شعور أن تكون فقيرا. و بينما هي توزع الحلويات سأل أحدهم عن كيفية إعداد هذه الحلويات، فأجابت أنها ستأتي لتحكي لهم بعض القصص القصيرة.
- تبا.. أنا لم أطلب منها قصصا؛ فقط طلبت وصفة هذه الحلوى !
هذا ما قاله ذلك الزائر، لكن النادل أجابه:
- لا تقلق فهي ستقدم لك الوصفة وسط هذه الحكايات.
و ها هي ذي " هيفاء " تعلن مجيئها و تطلب من جميع الزوار السكوت لبرهات معدودات قائلة:
- أنا لن أكثر الكلام، لكنني سأروي لكم كيف كنت أعمل بهذا المقهى الذي صار اسمي بسببه على كل لسان.. إنما هذا بسبب رجل عجوز رحمه الله؛ قد تبرع به لي عندما كنت صاحبة خمس سنوات، و لم أكن سوى طفلة أستعمله

jadidpdf.com

كملجأ للنوم فحسب.. لكنني لم أكن أجد ما آكل فأنا يتيمة الأبوين و كذا لست من سكان هذه المدينة الأصليين.. توفي أبواي بالحرب الأهلية و لم يكن أمامي سوى الهروب !
صمتت قليلا ثم أردفت مجددا:
- هل لكم أن تتخيلوا أنني كنت في ذلك العمر أعد هذه الحلوى و أنني بعد أربع سنوات جعلت من هذا المكان مقهى بمفردي؟ جدتي علمتني طريقة صنعها؛ و أنا كنت أبيعها بأثمان معقولة لشدة اللذة التي تحتويها.. و من تلك الأموال جمعت مالا يكفيني لأجعل من

هذا المكان مقهى يأتي إليه كل زائل مار من هنا؛ فيرتاح و يرتشف فنجان قهوة و يخرج و الابتسامة على وجهه.
كانت في كل مرة تردف بقولها أنها هي نفسها لا تزال لا تصدق أنها من جعل من هذا المكان مقهى، فكيف لفتاة ذات خمس سنوات التقدم بعمل مثل هذا بمهارة؟
إنما كل الفضل لجدتها المتوفاة و ذلك العجوز، فقد علماها قيمة الحياة رغم صغر سنها، و ها هي ذي فتاة قوية جعلت من قصتها عبرة لكل فتيات المجتمع، ليعلمن أن النساء قادرات على فعل ما لا يتوقعه الرجال منهن؛ فهن فعلا نصف المجتمع و أساسه.

هديل بكاكرة

jadidpdf.com

امرأة حديدية

كوني قوية و لا تلتفتِ للوراء
أنت امرأة حديدية خُلِقت للارتقاء
فلا داعي للأخذ و لا للعطاء ...
كانت كلماتهم الجارحة تخترق قلبي تنخر جسمي و لكن لا
شيء يهون من رب السماء ...
أبكي كل ليلة أناجيه بالدعاء ...
شتموني قالوا ما ليس فِيْ ولكن سيكون لنا لقاء ...
فكوني قوية و لا تلتفتِ للوراء ...
أنت امرأة حديدية خلقت للارتقاء ...
لن أنسى كل كلمة أدت إلى جرحي
لن أنسى كل كلمة أدت إلى بأسي
توقفوا ! هه من قال سأحني لكم رأسي !
لا فأنا قوية بنفسي
أنا لا تكسرني التجارب الفاشلة ...إنما تبنيني ، تزيد من عزمي
تقويني ...
هل الآن ارتحتم ؟ بعد كل شيء فعلتم ؟ يا ترى كم من أنثى
جرحتم ؟ كم من قصة لفقتم ؟
بحسن النوايا ادعيتم ، دور الشخص الطيب تقمصتم
، لكن رب العباد أ نسيتم؟

jadidpdf.com

رسالتي لكِ عزيزتي كوني قوية بذاتك ...لأجلك ...كوني أنتِ
حتى لو لم تعجبي أحد انهضي ولا تتعثري أحبي نفسك
دلليها أزهري من جديد كوني قوية و أثبتي لهم أن الذبول
خرافة الضعفاء فكوني قوية ولا تلتفتِ للوراء ...
أنتِ امرأة حديدية خُلِقت للارتقاء ...

ايةّ الرحمان جرو

jadidpdf.com

عناصر القوة الثلاثة

ملاحظة: هاهنا توجيهات تطبيق ما في ثناياها شيء نوعا ما هي جهاد لا تقدر عليه النفوس الواهية ، ، لطالما كنت مؤمنا ان كل قوي بإيمانه ، باكتفائه ، برضاه عن نفسه ، ان تكون قويا دائما ... لا تقلبات الدنيا ولنوائبها تزعزع تباثك ، يجب ان تكون مؤمنا ، مكتفيا ، راضيا ، العنصر الاول للقوة (الله) كلنا نعلم وعلى يقين بأننا سنكون عاجزين عن تخطي يوم واحد بلا فضل الله وتوفيقه ، من المسلمات الغنية عن التأويل اننا نتغلب على اللحظات المرة والقاسية بالله لا أحد غيره ، ولولا نصر الله لألفيتنا لا بثين في حضيض الايام نهذي بالتقدم والتدرج ، ونحن في اوج الانفساخ والتقهقر نتقلب ، حسبك من ضعفنا. ان انفاس اشيائنا الى حد كبير تبث في صدورنا العجز والتيه ، لمجرد اكتشافنا انها من ضمن الاشياء التي كسرتنا ، غيرنا من اشد الناس بأسا وقوة حاولوا لطخ جبروت الحياة بالضعف وفشلو، بلغنا ان الحياة اصرعتهم وضربت بقواهم عرض الحائط ، لا لشي هم فقط حاربوا بقواهم لا بالله ، تذهب مجهوداتك جميعا ادراج الرياح اذا ما كنت تقاتل الحياة بغير الله ، بدل الوقوف في وجه الحياة كفارس لا يشق له الغبار ، اقترح ركوب موجها ولجم جماحها بالله ، المقاتل بالله لا يسقط.

العنصر الثاني(الاكتفاء بالنفس والاختلاف)

jadidpdf.com

ليست كل الحروب تنتصر فيها بقتلك لعدد اكبر من جنود العدو . بعض المعارك عدم خوضها بحد ذاته هو الانتصار الحقيقي ، عدم اقدامك وتدخلك في نقاش يحكمه الجهل بحذ ذاته انتصار لعقلك ، تجاهلك لمن يرى وجودك وعدمه امر سيان ، هو انتصار لهيمنتك

، ان العلاقة التي تغتصب جزءا ولو ضئيلا من حريتك علاقة اضرام النار في هشيمها خير من الاستمرار فيها . اكتفي بذاتك عزيزي ، لا كزهرة ولا كشوك ، وانما كماء ، كن مادة لا تفتقر الى اخرى . رقع بنفسك ثقوبك ، اعتبر الغير ضبابا وهميا ، اكمل بنفسك نقصانك ، لاتكن كائنا يفتقر الى العاطفة و الدفيء ، املأ بمكنوناتك فراغك . اضمر لذاتك كل الحب والاخلاص . تفانى في التقدم بنفسك لذروة الكمال (الكمال بالعين البشرية) لا تنتظر حبا ، ولا عذرا ، ولا لحظة ، اصنع على مائدة الحياة كل شيء لنفسك وبنفسك ، لا تجرع نفسك مرارة الهون لمجرد ان قلبك متعلق بمن تحب ، ولا بد لك في الامر ، تأتي عزة النفس قبل رغبة القلب ، واذا ما سبقت الثانية الاولى فأحسن الله عزائك عمي .القوة في كونك حرفا خلابا في سطور غيرك ، في كونك وردة نرجسية في خضم مروج مليئة بالأشواك المسننة ، تكمن القوة في كونك دائرة ذا بداية ونهاية ، في اختلافك

jadidpdf.com

العنصر الثالث (معرفة نفسك)

نفسك شيء عظيم . لاتقف عند ظاهرها ، توشح اسئلتك وسل سيف المعرفة وارتحل الى اغوار اغوارها ، افتح لها بابا ثانيا وثالثا ورابعا وعزز نقاشك معها بحبك لها ، غص في اعماقها ، سامحها على زلاتها ، من العيب ان يكون المرء جاهلا نفسه .

عبد الرحيم ادلحسن

jadidpdf.com

غصن الاحلام

لا ينتابني النوم أبدا، مرت 4 ساعات وأنا أتقلب في فراشي، إنها ساعتين بعد منتصف الليل، أفكار تصطدم بي كاصطدام شاحنة كبيرة بدراجة، لا تمضي ثانية إلا وتذكرت الموت الذي قد يخطفني في لحظة، أفتح عيناي فلا أرى إلا جدران المستشفى المحيطة بي، أعيش في كل يوم صراعا بين ضعف جسدي ونفسيتي المنهكة، وحياتي الخارجية، لكني أقاوم مرارا باللجوء إلى الله، لأني تيقنت بعظمته، وتعمقت في أسمائه وصفاته التي أثرت علي، مع علمي بأن المعنويات تساعد أكثر من الدواء للشفاء، أغمضت عيناي وبدأت برسم أحلامي، وجعلت في عالمي شبكة هيدروغرافية، تتضمن مجاري أمل وأنهار تفاؤل لأثبتها في حائط سلبياتي. مرت الأشهر...جسمي استجاب للدواء، بدأ شعري ينبت مرة أخرى، لا يوجد ألم، لقد شفيت... انطلقت في طريقي لتحقيق أحلامي في ظل الله بإصرار وتفاؤل، بإيجابية وقوة، واليوم بعد 12 سنة أنا في نفس المستشفى أعمل كطبيبة مختصة في الأمراض الخطيرة (السرطان)، أسعى لإيجاد دواء له، أسست عشي الدافئ رفقة زوجي المحب، كما تفقهت في الدين أكثر وأنا هي الملقبة ب "السلفية"، حققت معظم أهدافي، كما تعلمت بأن بناء غصن أحلامٍ خاص بي يحسن معنوياتي ويزيد في إرادتي لتحقيقها، والتفاؤل هو الإيمان الذي يربط الهدف، كما أني حذفت كلمة مستحيل من

jadidpdf.com

قاموسي، وتيقنت بأن الصمد العظيم هو الذي ييسر الأمور، وهو الشافي القادر على كل شيء.

غفران نور اليقين عواشرية

jadidpdf.com

لا تستسلم

من منا لم يتعرض للخيبات في حياته ؟ من منا لم يتعرض لمواقف جعلته يفقد الرغبة و الشغف في الحياة .كلنا مررنا بأوقات صعبة ، لكن القليل منا من استطاع تجاوزها ، لقد كانت مواقف بمثابة صفعات ، تركتنا نبحر في أمواج الحزن ، لم نقوى على الوقوف من بعدها ، لكن .. إلى متى ؟

الكثير منا جعل من الضعف عالمه ، و الوحدة خليلة له ، عزم على الانطواء و عدم التقدم . لكن القليل من استطاع أن يقوم من جديد ليكمل ما تبقى في مشوار حياته ، تسلح بالصبر و العزيمة ، أدرك أنه لا مجال للضعفاء في هذا الكون ، وأن العالم يحتاج لشخص قوي ليتخطى كل المصاعب التي ستواجهه .

فكن شجاعا وتقدم ، ارسم عالمك الذي تريده ، واجعل من أخطائك دروسا لك ، آمن بنفسك ، كن صلبا يصعب كسرك ، صُد الأبواب في أوجه الأوزاغ ولا تترك لهم حيزا لتدمير ما بنيته لأن عدم قدرتهم على تحسين حياتهم سيفعلون كل ما بوسعهم لتدمير حياة غيرهم .

كن شجاعا ، كن مختلفا ، كن مميزا ، كن فريدا ، كن قويا ، والأهم : كن أنتَ .

بوغرارة اميمة

jadidpdf.com

خمس دقائق فقط

حديثي معك يا نفسي فقط لخمس دقائق.
كابري للزمان الصعب، ولا تشغلي نفسك بالأحقان والاضغان، فالضغينة تشعل الذات وتحدثها باللهب، تقدمي بخطوات للأمام... وادفعي بميولك الشاهق ليهادي ويعصف بحب الأوهام...
فلتعلمي بأنني أنتظرك و كلي حياة مفعمة، تجردي من الخوف والفز. تقدمي خفية وعلانية على أنامل قدميك ، عانقي النجاح، وداعبي القوة وانزعي غطاء التردد المزعوم، كوني كذلك...
نفسي أنت فلتعلمي كم أتوغل في نياط عشقك، وخوفي عليك من قساوة الوهن، ولكن أحدثك بأن تصمدي وتتفوقي على تلك العقبات... و بسهامك تصنعي من النكبات دروع لك تحتاجينها للكفاح...
فلتكافحي ما تبقى من هاته الحياة.
قاربت الخمس دقائق أن تنتهي...
ولتعلمي أن لي أحضان في هواك ترتمي...
تستوقفني اللحظات لأن احاكيك عن دروب المحن.. فكوني قوية يا روحي.
قاربي السلام ، و عانقي الوجدان، كوني شجاعة لا شجاعا فقط...

بقدي خالدية

jadidpdf.com

لابأس...فقد كنت غريب وستعود

هنيئاً لكَ قد أتممتَ ما تريدهُ و فعلت فعلتكَ الشنيعة تلك ..

-ها أنا أمرُّ بجانبك بكلِّ هدوءٍ و ثبات ، أخفي رعشة يديَّ ، و ضرباتِ قلبي المتتالية ، أحاول الظُّهور أمامك بملامح حادّة و نظراتٍ ثاقبة ، أمشي مرفوعة الرَّأس و كرامتي تسبقني بأمتار ، أخفي ما أبطنُ و أظهر عكسهُ تماماً ؛ تمهّل ماذا كنتَ تظنُّ يا هذا ..؟ لا تنتظر منّي أن أنسج لكَ عبرات الرَّجاء ، و دع موضوع الاعتذارِ من المنسيَّات ، و لا تخمِّن في عقلك الصغير ذاك متى سآتي إليك لأعترف بالاشتياق ، لا تتعبهُ أيضاً في البحثِ عن الجواب فهو سهلٌ و بسيطٌ لدرجةِ أن أقول لك لا مشاعر لكَ عندي بعدَ الآن ، لن آتي إليك بتاتاً و لن أعاود النّظر في هاتين العينان ، هدِّء من روعكَ الآن لا داعي لكلِّ تلك التّخبّطات ..

#يامن لا تعني لي شيئاً بعدَ الآن : سأتجاوزك لا محالة ، مدّة وجيزةٌ و سأشفى منكَ تماماً ، لا أخفي عليك سيكون انتصاراً منهكا بالهزيمة ، سيصعب عليّ بدايةً و سيُنسى نهايةً ، وعدٌ منّي لكَ لن أذكرك بعد الآن ، و لن تسقط في يومي و لو سهواً حتّى ، ستكونُ طيَّ النسيان ، سأسير على نهجِ أساليبكَ نفسها ، لا تهتمّ كثيراً سأردُّ الصَّاع صاعين و سأفعل ما فعلتهُ تماماً ، حقٌ لكَ أن تخاف منّي بعد الآن ..

jadidpdf.com

إلى مواجهةٍ قريبة ، مع كلِّ اللامبالاة ..

رؤى غنام

jadidpdf.com

الفتاة المتألقة

بين أربعة جدران ...جدران سئمت الصمت كرهت الهدوء مللت السكون في ليلة لم يكن سوى صوت الرعد أنيسها وقطرات المطر تروي حكاياتها ....كانت كقطرة في وسط غيمة مليئة بالأحزان لحد الاختناق وحد الموت والزوال.. ليس هناك سبب لأن تعيش أو تظل بين كل ذلك الوجود ..ليست كنسمة عابرة بل تترك أثر في نفس كل زائر ...فجأة سقطت على زهرة متفتحة يفوح عطرها. مختلفة عن كل الزهور سقطت عليها بارتياح نفس وطمأنينة فعلمت أن الدنيا تقسوا ثم تقسوا ثم يأتي الفرج ...حبيبتي، كوني أنت كما خلقك الخالق البارئ جملي روحك بالحياة واسقي قلبك بذكر الله كوني لنفسك فخرا ولذاتك عزا كوني قوية لأجلك ولا تستسلمي أبدا كوني قوية جاهدي، اسعي ، ادرسي، انجحي ، وافعلي كل ما تريدين .لا شيء يستحق أن تحزني لأجله لا علاقات وهمية ولا صداقات مزيفة عودي لربك يا جميلة ،ارتمي في أحضان سجادتك وابكي له .أخبريه بآلامك وأحزانك أخبريه بمعاناتك ، أخبريه بجروحك وتيقني يا غالية من بكى لله ضحك، لأنه الله لا خوف ولا قلق ، لأنه الله روحك سيملأها تألق، لأنه الله سيجبرك سيكرمك سيلملم شتات نفسك. أنت أقوى يا حلوتي قوية وجميلة أنت بإيمانك ، بحجابك، بقرآنك، بعفتك، فثقي بالله يا غالية ولا تحزني فمع الله لا شيء مستحيل ، تذكري دائما :" الله يحبك وهو يختبرك فقط ثم سيكرمك جزاء صبرك

jadidpdf.com

ورضاك" .إنه حبيبنا رب الكون اللطيف الرحيم وهو الذي قال لك :" لا تخافي ولا تحزني" . لا تحزني لأن الله معك.

مهدي شيماء

مكتبة جديد بدف
JadidPDF.COM

فضول فراشة

عالم غريب اكتشفته
وجدت ذلك العالم كأني كنت وأصبحت
كان مفقود تحت خطابات التعالي
واقع بين الأرض والسماء
وبين الموت والحياة وبين الخير والشر وبين الظلام والنور
وبين محسوس ومعقول
باقي في المنتصف لأنه لا يصنف من واقع ملائكي ولا واقع بشري
وغموضه جعل من تفسيره يفوق عالمنا
وبفضول بشريتا ،وطموحا يصعب التحكم فيه تحول الطموح لفراشة
للان طموح فراشة كنسبة قوتها
وقوة فراشة كطموحها
المفاجأة هنا عالم ظاهرة
وباطنه عالمين
وان تقتنع أنه ليس المهم من تكون بقدر ما تكتسبه من ذلك العالم
الذي جعلك تواجه الصعوبات بحلوها ومرها
من الموجودات الموجودة في عالمنا

jadidpdf.com

أخذت التواضع في الطرح وانبهار بمكاسب ،اخذت فضول طفلا لا ينتهي والثقة بالنفس توقعنا في خط رفيع بينه وبين الغرور

ولا يهم من تكون ولا من اين؟؟بقدر العطاء وإثبات النفس وان يكون الهدوء والتأمل عنوان درسك.

ولا تحكم حكما مسبقا على جلست كرسي قد يخدعك المظهر ويظهر الابداع ولا يهم الوقت الذي تكون فيه اهم أن تقول أنا موجود بلغتك.

وان تتعلم الصبر عند استفزازك وان تكون اندفاعيا بقدر تخطيطك ، وان تكون ذا قوة لا تتنازل عن ذاتك

لكن هذا التأثير لا ينتهي بطوله

بقدر قصر الوقت وطوله في نفس الوقت

لأننا في الاخير مجرد ضيوف

من البداية وقتهم قصير

ولا أنكر بصمتهم عليا لأني أراها في نفسي.....

وداد بركاتي

jadidpdf.com

آخر انفاس روحي

بغدر زارني ذاك الكيان غير المرئي ،دخل جسدي ونهش لحمي وعظمي ، أباد كياني وأطفأ ضياء روحي ، سرطان استولى على رأسي و شيد غرفه بين فصوص دماغي، جعل اليمين صالة لأوجاعي واليسار غرفة لأحزان أحبابي ، حلق شعري ،فتساقط كوريقات الشجر الذابلة ، نقص وزني وبرزت العظام ، جفت حديقتي ويبست أزهاري فدوى صوت الحرب ينخر قلبي حاربت وكافحت لانتشال ما تبقى من حياتي، لكن هيهات فرائحة الردى جاءت من بعيد تلوح بشارة النصر، وهن الجسد و انتصر السرطان و اِغْمضَّتْ الجفون وسالت آخر عبرات اليأس مودعة الدنى، انتقلت لحفرة وبعدها دار الخلود الأبدية .....استيقظ الجسد فجأة من كابوس خالَه حقيقة ، دمعت العين ونفضت اليأس والحزن لأكافح بعزم عدوا أثيريا غير ملموس، عقدت العزم ان اكون الغالب لا المغلوب ، مسكت كتاب ربي وخيوط المصل تتدلى من عروقي، ناجيت الرحمان بفؤادٍ آمل برحمته وعطفه تعالى، فتحت المقلتان على يوم الفرح والسعادة، عادت الحبيبة، انتصرت الغالية ورفعت كأس الصحة والعافية .....بيقينها، بإيمانها، بأملها وتفاؤلها كسبت حربها وبددت سرطانها.

jadidpdf.com

.....لكل مريض، لكل عاجز، لكل شخص يأس من الحياة
كن أملا لروحك، كن حياة لنفسك كن قصة تتحاكى بها
لصمودك،.....كن قويا ....النهاية أمل.

آمنة وليمار

jadidpdf.com

لا تستسلم بل حاول

ليس هناك تحدي اكبر من تحسين ذاتك وتطويرها ،تصرف كما لو انه من المستحيل ان تفشل ،اذا كنت تستطيع تخيل صورة ما فذلك يعني انه يمكنك ان تجعلها واقعا ،واذا كنت تستطيع ان تحلم فهذا يعني انك تستطيع تحقيق حلمك .
اصحاب النفوس العظيمة دائما يواجهون مقاومة عنيفة من اصحاب العقول البسيطة ،عليك اتباع اربعة خطوات لتحقيق انجاز عظيم ،

١:اختر مهنة تحبها

٢:امنحها افضل ما لديك

٣:اغتنم الفرص التي تلوح لك

٤:وكن احد افراق الفريق

المنافسة الحقيقية دائما ما تكون بين ما تقوم بعمله وما انت قادر على عمله ،فالسر في ذلك انك تقيس نفسك مع نفسك وليس مع شخص اخر .النجاح يجذب النجاح ،ليس هناك مفر من هذا القانون الكوني العظيم ،فان رغبت في جذب النجاح فاحرص على تحقيق جزء منه ،سواء كنت عاملا او اميرا .النضال من اجل التميز هو ما يحفزك ،لا شيء يطلق العظمة الكامنة بداخلك مثل الرغبة في مساعدة الاخرين وخدمتهم .تذكر دوما ما انت بارع فيه وتمسك به ،لا احد يحتكر النجاح لنفسه ،فالنجاح ملك لمن يدفع الثمن اننا نصنع مصائرنا ،اننا اصبحنا ما نفعله.
التدريب هو افضل المعلمين .

jadidpdf.com

انني لا احاول الاداء افضل من اي شخص اخر ،انني احاول الاداء الافضل من نفسي .

ابتعد عن الأشخاص الذين يحاولون التقليل من شأن طموحاتك ،فصغار الشأن دائما ما يفعلون ذلك ،ولكن العظماء حقا يجعلونك تشعر انك انت ايضا يمكن ان تصبح عظيما .

الطريق الى التميز نادرا ما يكون مزدحما .لكي يجب عليك ان تطور ثقتك بنفسك ،يجب عليك ان تطور قدراتك ثم تطور طريقتك في استخدام هذه القدرات.

مقدار الوقت الذي تقضيه في التدريب ليس هو المهم بالضرورة ،فالمهم هو ما نبذله من جهد في التدريب ، اريد ان اكون كل ما يمكنني ان اكونه .

لا تخشى التنازل عما هو جيد للحصول على ما هو رائع .

افكار الانسان هي ما تصنع مستقبله .

النجاح ليس انجازا بقدر ما هو قدرة مستمرة على الانجاز.

افعال البشر هي افضل تفسيرات لأفكارهم .

ليس هناك شخص عظيم يشكو من نقص الفرص ،ربما لم يعلق الاخرون امالا عريضة علي ،ولكنني كنت اعلق امالا عريضة على نفسي .

الشخص الذي يمكنه ان يكون اي شخص ،ويصنع اي شيء سوف يتعرض للنقد والذم واساءة الفهم ،فهذا جزء من ثمن العظمة .

من يعتقد ان باستطاعته الانتصار فبإمكانه ذلك .

jadidpdf.com

العالم باسره يتنحى جانبا ليفسح الطريق للإنسان الذي يعرف تماما الى اين يتوجه .
كن في كل مكان وافعل كل شيء ،ولن تعجز على ابهار الناس .
الشخص الحكيم يصنع فرصا اكثر من تلك التي يعثر عليها ،الشخص .
الشخص الذكي هو شخص حقق العديد من الانجازات ومازال مستعدا ليتعلم المزيد .
تكون السفن امنة عندما تكون راسية على الموانئ ،ولكن السفن لم تصنع لهذا .
افعل الشيء الصحيح في الوقت الصحيح بالطريقة الصحيحة لتتميز .الشخص المتفوق شخص متواضع في حديثه ولكنه متفوق في افعاله .حاول ان تصل الى ابعد مما تستطيع الوصول اليه .هناك دائما مكان في القمة .العمل الجيد لا يكون جيدا عندما تتوقع ما هو افضل .
الكيف وليس الكم هو المهم .امنح الناس دائما اكثر مما يتوقعون الحصول عليه .اتقان العمل افضل من تنميق القول .
الخطوة الاولى هي الاكثر صعوبة ،الشيء الاساسي في هذا العالم ليس الى مكان قد وصلت الان ولكن في اي اتجاه تتقدم .الاشخاص العظماء هم اشخاص عاديون طوروا من قدراتهم ومجهوداتهم .عليك ان تتعلم قواعد اللعبة ،ثم عليك ان تلعب افضل من اي شخص اخر .ان العظمة الحقيقية تعني ان تكون عظيما في الامور الصغيرة ايضا .كلما

jadidpdf.com

زاد الارتفاع الذي تحلق عليه ،ازداد المنظر جمالا .الحياة اما ان تكون مغامرة جريئة ،او لا شيء.

اذا لم تحاول ان تفعل شيء ابعد مما قد اتقنته ،فانك لن تتقدم ابدا .يستطيع الانسان ان يغير حياته ،واذا ما استطاع ان يغير اتجاها آخر العقلية . ان المرء هو اصل كل ما يفعل .يجب ان تثق في نفسك ،فاذا لم تثق بنفسك فمن ذا الذي سيثق بك؟ ان ما تحصل عليه من فشل ،فلن تعمل بجد ،ما الفشل الا هزيمة مؤقتة تخلق لك فرص النجاح .الهروب هو اكبر اسباب الفشل ،لذا فانك لن تفشل طالما لم تتوقف عن المحاولة .ان الاجابة الوحيدة على الهزيمة هي الانتصار .لعله من عجائب الحياة انك اذا رفضت كل ما هو دون القمة ،فانك دائما تثل اليها . انّ ما يسعى اليه الانسان السامي يكمن في ذاته هو ،اما الدنيء فيسعى لما لدى الاخرين . قد يتقبل الكثيرون النصح ،لكن الحكماء فقط هم الذين يستفيدون منه .ليس هناك شيء ضروري لتحقيق نجاح اكثر من المثابرة، لأنه يتحطم كل شيء .
عليك ان تفعل الاشياء التي تعتقد انه ليس باستطاعتك ان تفعلها .
من يعيش في خوف لن يكون حرا ابدا.

سهام بوغرارة

jadidpdf.com

كوني انت

كوني كرواية عجز مؤلفها عن اكمالها...كليلة من ليالي ديسمبر حين يسلبك احدهم حقك ونيزك يحرق كل من اعترض طريقك انت اقوى من معضلة تزعزع ثباتك، انت اقوى من البحيرة التي تغرقك وسط مجرة كتب اسمك في صحف القرآن عظمك خالقك كنتي ولازلت اهم ما في الوجود وسبب الوجود هل يجدي نعتك ناقصة عقل وانت من جهزك الله لتكوني ألطف تفصيل في العالم ضعي كلامهم تحت اقدامك وانهضي حققي احلامك كوني هدوء بعد عاصفة او كوكبا زهريا لم تطأ أقدام السـافلين عليه.

إكرام بشاطة

jadidpdf.com

أعلم من أكون

ليس مكتوب على ظهري ما رأيك بي لذا دعني وشأني وذهب برأيك للشارع فأنا اعرف نفسي من اكون ؟!!!!
انا المرأة التي عرفت بها المراكب كلها وخذلتها وحين لم يبقى لها من الاشرعة غير جناحيها تعلمت كيف تتحول من امرأة إلى نورس ...استطعت أن ألملم شذرات روحي المبعثرة المترامية عند عتبة ايامي واتقن الشجاعة لأحترف القوة والكبرياء لا أحد سيمنعني من عيش احلامي أو يجبرني على تطليقها فلم أخلق لأكون ألة منتجة لغيري ولم أخلق امرأة ليكسرني رجل خلقت امرأة لأنجبه وأربيه وأجعله رجل ...لن أرضى المذلة والإهانة لشخصيتي سأمضي قدما نحو مستقبلي فلا أرض تسعني ولا سماء بإمكانها احتضان طموحاتي ولا مخلوق بإمكانه أن يكسر ذلك الحاجز المنيع الذي وضعته حولي فأنا امرأة زماني..... أعشق من يتحداني..؟ الكرامة والكبرياء عنواني لا أتوقع من العالم أن يتغير لابتسم؟!بل ابتسمت. لأغير العالم أضع كرامتي فوق سعادتي ولا اهتم بنيل اعجاب الآخر فمن لم تعجبه شخصيتي لا يهمني أمره فأنا قوية ولم أعد أهتم.

مها أشواق طير

jadidpdf.com

جرعة تحفيزية

اصبحت الحياة لا تطاق، وكأننا في حرب مع الزمن والاشخاص، فالحياة هي السعادة التعاون المحبة، المودة، الرحمة، لكن في الوقت الراهن اصبحت كره، حسد، تعاون عن طريق المساندة في الوقوع
ارضا، لا عليك رغم كل هذا او بالأحرى بسبب كل هذا يجب عليك ان تكوني قوية، وتتغلبي على كل العراقيل دون المساعدة، مقابلة السيئة بالحسنة، هذه الثورة تحتاج قلب قويا وايمان جازما بقدرة البارئ.

لقديم شيماء

jadidpdf.com

كوني انت

عزيزتي ...
رغم جبروت الحياة و غرورها لكنها لم تهزمك و لن تفعل،
مهما حاولت أن تعصف بك بقسوة تقفين شامخة أمامها ،
بكل قوتها تحاول إسقاطك ، إلا أنك لا ترضخين لها ،
هيهات أن تسقط من تعرف الطريق إلى ربها...
كوني دوما ما خلقت له، أنت لله و إليه عائدة
...العابدة الزاهدة ، الثابتة أمام الفتن ، أنت حور العين على
أرض الله في حيائك ، لؤلؤة في صدفتها بحجابك ،أنت
الفارسة الشجاعة ، الدنيا بزخرفها و فتنها لم تغريك ، أنت
الدرة المكنونة ، قرة عين أبيها و أمها ، سند أخيها وظهره
المصون، روح أختها و نصفها الثاني ، سكن زوجها و أمانه ،
أنت العطف و الحب و الحنان ، أنت الأم و الجنة فوق
الأرض، أنت أمل صديقتها و سعادتها، حاملة الرسالة للجيل
القادم ،المربية ، الطبيبة ، الكاتبة ....أنت كل شيء
جميل، فيك اجتمعت أسرار الجمال و تجلى
إبداع الخالق، سبحان من سواكِ... لا حرف يصفكِ و لا
كلمة تُنصفكِ... كوني أنتِ و لا تبالي ...

فاطمة الزهراء بولحية

jadidpdf.com

وراء أجمل أشيائي

فتاة في ريعان شبابها متألقة بروح جميلة تنثر جمال روحها في كل مكان تذهب اليه ..
بلا شك انها تحب الحياة فالحياة بادلتها الحب وأعطتها اجمل ما لديها ..
ولكن مع عطاء الحياة الأشياء الجميلة لهذه الفتاة تنتظر منها شيء تفعله جزاء على أخيارها من بين الناس واندادها في السن وجعلها محميه من بؤس الحياة وكدرها والعيش في سعادة تامة..
مرت الأيام وسنين وكانت هذه الفتاة تتمتع بما أعطتها الحياة من هداية ومسرات ، وجعلها ترى الجانب المضيء منها فقط ، وهذا الجمال الدائم في حياتها انساها ما المفترض فعله مقابل عيشتِها !!
إلى حين بلغت الرابعة عشر من عمرها ، الحياة يئست منها ويئست انا تَقدم على فعل المفترض عليها ليدوم هذا الجمال في حياتها
فاتخذت الحياة القرار الحاسم ...
قابلت الفتاة شيء اجمل مما رات في حياتها الرائعة كانت سعيدة من حب الحياة لها لهذه الدرجة وهيا لم تفعل شيء !..
عند مقابلتها لهذا الشيء اصبحت اسعد مما كانت ، ولم يأتي في بالها قطا ان وراء اجمل أشيائها درس يعلمها كل ما كانت من المفترض ان تفعله في السنوات الماضية ، لا تعلم

jadidpdf.com

انّ هذا كان ختام لحياتها الهادئة والجميلة والغوص في مغامرات الحياة المريرة كباقي اندادها ..!
زرعت الحياة في قلب الفتاة حب غير محدود لهذا الشيء الجميل

جداً وجعلت قلب الفتاة وعقلها يتحدان لحبه وبعثت لها خصيصاً شيء يشبهُها بشكل جعل الفتاة تتعجب من الأمر
..
الفتاة : لماذا انا متعلقة لهذه الدرجة !!
لمـاذا افكر كثيراً في شيء قابلته حديثاً !!
لا باس
وكان الحياة همست لها قائلة : انها لن ترى عطاياها بعد الأن
..
الفتاة تحدث نفسها : لماذا انا خائفة فحياتي جميلة وكما عودتني بعطاياها المدهشة دائما ستأتي لي بأشياء اجمل ولو ذهب ذلك الشيء ..
تحدث نفسها وهيا لأول مره لم تكن متأكدة من كلامها ومن استمرار الحياة بالعطاء ، شعرت انّ الحياة تركتها ..
الفتاة (بخوف تغطيه ابتسامه) : ما هذا الشعور فهذه حياة لماذا أراها كأنها صديقتي ..
الفتاة بدء يدور فكرها حول شيءٍ واحد فقط
وهو كيف سأحافظ على اجمل أشيائي ..

jadidpdf.com

ومع مرور الايام اصبحت تتلاشى سعادتها به ويحتل مكانها الخوف من فقدانه

الفتاة شعرت انّ ما قابلته غير دائم ولن ترى كرم الحياة اليها بعد الأن ..

الفتاة : ماذا افعل كيف اتمسك به !!

لا استطيع فاله الحرية لترك في اي لحظه ..

الخوف اصبح يغمر الفتاة وهيا لازالت مع اجمل ما قابلت أفكارا كثيره تراودها ..

الفتاة : يا لله ما هذا التشتت الذي انا عليه لم يحدث لي قط من قبل

ا شعوري بالحياة كان صحيح !!!

ا لن تبقى لي حياتي الجميلة !!

من الممكن حياتي الحقيقية بدأت الأن ...

الفتاة في هدوء الليل وصوت صرار الليل يرن اسماعها تنظر إلى النجوم تحدثت بصوت مسموع : يمكن حان دوري لأصبح كأندادي في السن الذين يغوصون في بؤس الحياة ..

اصبحت تعيش مع اجمل اشياءها وتراودها صورة التلاشي في الايام المقبلة ولا ترى شيء مبشر آتٍ بعده ..

الفتاة : انا ماذا فعلت ؟

إلى من ألجئ الحياة تركتني وانا في زهرة شبابي

يغمر عيونها الدموع وكانت تبكي لشعور انها وحيده لأول مره في محيط مليء بالبشر والاصدقاء ..

jadidpdf.com

تيقنت انها الان في مرحله مختلفة جداً عما كانت عليها ..
الحياة تنظر اليها وتنتظر منها ان تفعل ما تريده ..
الخوف جعل الفتاة حزينة ومشتتة ويزداد هذا الشعور كلما وضحت لها صورة تلاشي اجمل اشياءها..
الحياة نجحت في خططتها الاولى وبدأت في التالية ، خطة الاشارات ..
الفتاة : وهيا تنتظر اي شيء ينقذها ويعود بها إلى حياتها التي كانت تعيشها بدأت تسمع نداءات الله في كل الاماكن و آيات تقصدها ..
شعرت بتعجب ولكن تحدث الصدفة الفتاة تحدث نفسها :
انا والحمد لله علاقتي مع الله بخير
ذهب بها فكرها لما قامت به من اجل الله ودينها ..
... ولا شيء! ، حقيقتاً لا شيء بتاتاً
الفتاة :انا ماذا قدمت إلى الله مقابل حياتي الرائعة !!
شعرت بالأسف على نفسها وهيا لازالت تتذكر ..
الفتاة : (ومن بين أصوات أنفاسها المرتجفة) لم افعل شيء ولا شيء صغير وانا كنت في عطايا غير محدودة حتى الشكر !
يا لله من اللازم تذكر اي شيء فعلته من اجلك .. انا خجلة من نفسي ،
كيف اقابل الله!! أريد ان يرجع بي الزمن ولو قليلًا
لم اتذكر سوى قولي يا لله في جوف تشتتي وكأنّ روحي تخبرني اجابة افكاري المتزاحمة في ذهني !

jadidpdf.com

الفتاة : على الرغم من شعوري بالأسف على نفسي غمرتني سعادة مختلفة لم اشعر بها من قبل بدأت التمس الحل الذي سيخرجني مما انا عليه ..

شعرت كأنّ الحياة همست لي قائلة : ا تعلمتي لماذا فعلت ذلك يا عزيزتي ..

اتى غسق الليل ذهبت الفتاة إلى مكانها المفضل تنظر إلى النجوم وفي هدوء يخترقه صوت صرار ليلها ، تحدثت بصوت مسموع : من المحتمل ما حدث لي سيجعلني نجمه كأندادي النجوم في جوف الظلام ...

حينئذ ادركت انّ الحياه هيا الله مالك الكون كله بيده كل شيء يحدث لها وحدث وسيحدث ..

وادركت ان سعادتها لم تقتصر فيما قابلت بل حياتها الحقيقية بدأت الان مع الله

وادركت انها الان في ذروة سعادتها ؛ وذلك لأنها تعلمت ما يفترض ان تفعله مقابل حياتها التي اهداها لها الله لتدوم العطايا والنعم ..

وتيقنت ان اجمل اشياءها كانت درس سيره الله لها ليهديها.

رحل اجمل ما قابلت وتركَ معه اثر جميل يتبعها في باقي حياتها ..

الفتاة (وهيا متألقة بروحها الجميلة) : سبحانك .. يا الله ! تهدي من تشاء إلى صراطك المستقيم

شهد عادل الكيلاني

jadidpdf.com

كوني قوية

المرأة :

- أتحدث عن الفتيات في عمر الزهور بنوا أحلامهم و أمانيهم على عاتق شبه الرجال ، عشن على تخيلات لا نهاية لها ، منهم من حلمت ي فارس أحلامها يمتطي فرسا أبيض اللون ل يأتي ليأخذها إلى ما تريد، منهم من حلمت أن تعيش دور سندريلا ليأتي فارس أحلامها بزوج حذائها الآخر منهم من حلمت برجل يشابه والدها ولا يرفض لها طلبا ولا يجعل دمعتها تسقط إلا فرحا، ومنهم من حلمت أن تكون زوجة صالحة وأم حنونة و مربية لتقوم بشؤون بيتها و زوجته و أنائها على اكمل حال.

نحن في مجتمع شرقي أمّي الأفكار و التعامل يتعاملون مع المرأة و كأنها خادمة لا قيمة و لا مشاعر لها، نحن الآن بزمن لا يرضى ولا يرضخ لرجل جاهل ضعيف النفس أن يستعمل المرأة أداة و ليس كشخص و بني آدم.

ارفق على من خضعت و استسلمت ل حياة لم تحلم بها يوم.

سيدتي... كوني قوية بذاتك لا تجعلي الرجل من أولوياتك التي لا تكمل حياتك إلا به، كوني متعلمة، ناضجة، مبدعة، كوني زوجة لمن يستحق أن يشارك في أبنائك و الإحسان إليهم لا تأبهي ل سماح م يدور حولك لا تجعلي كلمة عانس

jadidpdf.com

لها وقع عليك و آثر كبير ب داخلك ، لن يتلفظ بها إلا من يجعل قيمة أنه و أخته و زوجته
لا تجعلي كلمة مطلقة من الأشباح تنازلك عن كرامتك و حقك
أنت نصف المجتمع و ليس كما يراه البعض أنت من أوصي عليك

الرسول صلى الله عليه وسلم وأنت أيضاً من وضعت الجنة تحت
اقدامك، ينتابني شعور ب الأسف و الأسى على فتيات دخلن قفص الزوجية حالمين و لم تكتمل خطواتهم لتحبط أمالهم و أحلامهم سيدتي أسسي مستقبلك ب تعليمك و شهادتك ، ضعي نفسك في أولويات و اجعلي وجود شبه رجل بحياتك خارج محيط حياتك، استودعي الله مستقبلك و سيجلب خالقي لك ما فيه خير، المرأة بإمكانك العيش دون رجل ، لكن هل الرجل يستطيع العيش دونك
أنت لست سعة ولا بسيطة ولا دونية ، لا تسعه امراه واحدة إلا من أوفى و حب و أخلص مع ذلك لا يكفي إلا من خابت أمالهم
و أحلامهم...لا تسقطوا ولا تفقدوا املكم ولا تنكسر مجاديفكم ، كوني لنفسك كل شيء و اكتفي لنفسك اجعلي كل من يمر بك ليكسرك يكون مصدر قوة لك و أساس إنجازاتك.

jadidpdf.com

و أخيرا و ليس آخر ضعي العزيمة و الإرادة امام عينيك ولا تتنازلي عن حق من حقوقك التي انتهكت امام عينيك.

مرام البجاوي

jadidpdf.com

لأنك قوية

انت قوية حين وقفتي بعد عثرات كادت أن تشوه ملامح
وجهك الجميل انت زهرة في بستان تحارب في كل لحظة
الاشواك كي تعيش انت انثى لا تعرف الانكسار روحك من
فولاذ قلبك جوهرة تضيئ سواد الحياة
قوية كشمس تراوغ السحاب لتظهر وتملأ الكون نورا
تشبهين الشمعة في عطائك حين تمنحين الأمل لغيرك
بعباراتك ليزول الألم وتزهر مكانه بذرة سعادة، وكأنك
تملكين عصا سحرية فكل من يقابلك تبعثين في قلبه جرعة
حب فيحب الحياة من جديد
حتى كلماتك الفريدة ينبوع يروي البؤساء فرحا وينسيهم
الوجع ليرسموا طريقا ناعما في وسط زحام القسوة قسوة
واقع مرير فيندثر كل ما هو حزين أمام حروفك كأنها بلسم
طال البحث عنه وهو عندك فتمحى ندبات التعاسة لتشرق
الوان الفرح تغرد لحن السرور الشجي.....
انت ملاك يبتسم كل من يراه تحية له
انت لأنك قوية

أمينة عزري

jadidpdf.com

سيف ذو حدين

انا كالسيف أجرح كل من يود أذيتي ... أتريد تحطيمي ... ؟!
لا لا ... أنا كالصخرة قوية لا أتحطم ... أحارب كل ما
يواجهني بدون استسلام ... حتى اصعب الامور اتجاوزها ،
لا يمكنك أذيتي ما دمت اثق في نفسي كثيرا وأقدرها ... كوني
متمردة واحب راحة بالي قبل كل شيء ...، لا عليك فأنا
محاربة جد شرسة عندما يتعلق الأمر بي ... لذلك خد
حذرك مني كي لا أخوض حربا ضدك وأشعل نيرانا في
جسدك ....، رغم انني فتاة بريئة وجد طيبة لكنني لا أحب
من يستحقرني أو يقلل من شأني ... فأنا غالية وثمينة لا
يشبهني أحد ... حرة بأفكاري وأستهل دائما الأفضل .

فاطمة الزهراء بنباري

jadidpdf.com

كوني قوية

(عن صديقتي)

وجدتها جالسة والصمت أصبح صديقها وهي غير سائلة ،عيناها دامعة وروحها تئن ناكرة

فسألتها :مالي أراكي ذابلة؟؟

ولحق نفسك عليك غير مكترثة ،نظرت إلى عينيك نتصرخ منكسرة ، تحاول الإجابة وتخونها شفتاها المرتجفة ،شاحبة وكأنها بنت من الرماد بيتا لها

كسرني حالها وانتفضت روحي من منظرها وملئت عيناي دموعا لحالها ،للحظة كدت أن لا أعرفها ،عندها أدركت أن روحها تموت بخطوات متأنية وهي لا تحاول ،لا تقاوم مستسلمة .

رفعتها عن الأرض فقالت لي بصوت متقطع :أ ت ر كي ن علي ها فهي م ن ست لمني و تأو ي ن .

وكأن هناك من صفعني بعد كلامها ، أليس كذلك ؟!!!.

رفعتها بقوة فنظرت لي مرتعبة مستغربة؟؟؟ ،لتقول لي بصوت احتواه الوجع : ما بك؟؟.

اجبت : أتسألينني ما بك !! أم تتأكدين من وجودي لأرد على تساؤلك .

استيقظي ، أنت لا تحتاجين حماية أحد فأنت زهرة وإن تأذيت كنت لبؤة وإن تألمت حد الصراخ أصبحت أسد ، لا ظروف وجب أن تقهرك ،تعلمي كيف ترفضين مالا يرضيك

jadidpdf.com

، تعلمي كيف تقولين :(لا) لتنهضي وتقاتلي ألمك ، الحرية ليست في أن تفعلي ما تريدن

وفقط ، بل أن ترفضي مالا ترغبين به أيضا مدافعة عن حلمك ،رغبتك فأنت من ستصنع سعادتها بنفسها لا أن يرسمها لها غيرها
ما تلبسينه الآن ليس شخصيتك فأرفعي هذا عنكي ،فأنت من تتحدين ضغوط الحياة مهما كانت وتمر من أمامها صامدة كأن لم يكن ، تذكري هي مراحل انتقالية صعبة والعبور من مرحلة إلى أخرى ليس سهلا كما قد يبدو للكثيرين، إذ تحتاجين للكثير من المساعدة والدعم والنصيحة قبل أن تعودي كما كنتي تماما لكن وجب عليك أن تصمدي فكل شيء سيمر بإيمانك بنفسك ، أيقضي روحك النائمة المتخفية وأخبريها : ليس بعد .فكوني قوية ولا تتقبلي الإهانة من أحد ، فأنت سيدة نفسك وتذكري أنك لا تنتظرين التقييم من أحد .
سقطت مرة ثانية على الأرض فأخافني ذلك السقوط المفاجئ وأنا ما زلت أكمل حديثي إليها
لتقول لي بكل هدوء: ماذا تحبين أن أحضر لك على الغداء ،وكأن شيئا لم يحدث قط قبل لحظات ، لأبتسم مجدد وأردد : لقد عادت ،لقد عادت. فكوني قوية أيتها الأنثى وأثبتي للعالم أن لا شيء يستحق.

jadidpdf.com

لتعود مرة أخرى وتقول لي : صدقتي ، فإسمي الذي أكتبه في هذه الحياة لم تكتمل حروفه بعد وعادت إلى ما تفعله بشكل طبيعي .

لأقول في الأخير أنصحك

أيتها الحسناء كوني قوية وعيشي حياتك بمدها وجزرها واركضي وراء ما تريدينه وتذكري

(*نحن نضعف لكن لانهزم*)

فريال قاسمي

jadidpdf.com

سيدة المجتمع

في دائرة الحياة أين تمتلأ الدنيا طاقة و حيوية هذا يفعل و ذاك يُفعل به .... ، تتواجد ذئاب بشرية او حسية تحاول اتهام فرستها الا وهي كائن لطيف ضعيف ....يحتويها تفكير حزن هموم عمل أطفال زوج اخ اب مع مستقبل غامض في حاضر لا ذوق له... و غيرها من المشاعر التي تستحوذ على كيان يظهر بغير ما فيه لو تغلغل في هذه الفتاة لرأينا عظمة سبحان خالقها فهيهات هيهات على من يستحقرها لأنها قوية في كل موضع تحل ،يا انا و انت و هذه و تلك كلنا اعمدة تحافظ على مجتمع ثابت لا ينهار اه ريحي في بنية أنيقة مع لمسة ثقة و همسة محبة و جرعة شجاعة نحتل العالم بأدب و اسلوب راق ، لننهض و نريهم من نكون نحن من أوصى بنا الرسول و من انزل الله سورة تحث علينا نحن من نأخذ و نمنح ...نأتي و نذهب ... نبني امم بتخلق و نعم الصفات ان صرنا معلمات او أمهات... نعالج قوما بعطف ان دخلنا مجال الطب ...و لا نهاية للحديث، تحملي و اصبري وصابري يا قوية يا شجاعة يا من ترتسم فيك أبهى المشاعر و الاحاسيس ... ستنتصرين ولابد من ذلك لأنك مَن لا شيء يقف في طريقك حيث من الحبة تنيرين قُبة افكارك شغفك أحلامك كلها و أكثر تمسكي بيها و ستُصعدك لأعلى الهرم لأنك مميزة بكونك فتاة أنثى ذات لمسة خاصة طابع لا مثيل له عند اثنين ولو من بني جنسك يا حلوة .... لن تصفك بضع كلمات و لن تنهض بك إذ ان حيويتك و ما

jadidpdf.com

يحتويك يكفي لتسكتي من يتجرأ إليك اريهم و برهني انك
حقا كائن لطيف لا يُقهر لعظمة ما بداخله و قوته .....

أمينة محي الدين

مكتبة جديد بدف
JadidPDF.COM

حاربي الظلام حتى تشرق الشمس

اتذكر جيدا ذلك اليوم في المدرسة ...حين سألني الاستاذ ماذا اريد أن اصير في المستقبل ... دون تفكير اريد أن اكون استاذة رياضيات ... بعد سنوات تبقت دقائق قليلة على اعلان نتيجة البكالوريا ... حلمي قريب من أن يكون حقيقية ..... خطوات ابي في الرواق تعزف انغام الرعب ... وتوتر امي الظاهر على عيناها يزيد من توتري ... افراد عائلتي يلتفون بي... الثامنة تماما ... ظهرت النتيجة ... ناجحة .. علت الزغاريد بيتنا .. وعانقتني دموع الخيبة من فشلي في الوصول إلى حلمي قبل عناق امي .... امتلا البيت بأهازيج الفرح و تهنآت العائلة .. لم يشعر أحد بالبرود الذي بداخلي ... بعد ذهاب الجميع .. بقيت وحدي تقدم ابي .. ونظر إلى عيني وقال بكل ثقة الخير فيما اختاره الله .. كانت تلك الجملة هي الصفعة التي أيقظتني ... في اليوم الموالي وقفت من جديد .. وقفت بصمود فالفشل، الاحباط ،الخسارة ،اليأس كلمات لم تكن يوما في قاموسي ولن تكون .... النجاح ،الامل ،التفاؤل الاصرار، العزيمة ،الارادة هاته هي المفردات التي رافقتني من صغري ... وسترافقني للابد ... دعي ثقتك بنفسك كبيرة ... وثقتك بالله اكبر ... ابتسمي حبيبتي فالقادم اجمل ... وتنتظرك ايام مليئة بالسعادة ... اعلمي أن الوصول للقمة يجبرك دائما على المرور بالقاع ... اعلمي انك

jadidpdf.com

نصف المجتمع واساسه الذي اذا اختل انهار المجتمع .. كوني قوية لأنك انت الزوجة ،الام ،الابنة .. كوني قوية لأنك انت السند.

خير مروة

jadidpdf.com

أنت رمز القوة

مرحبا ايتها السيدة أكيد انك لا تعرفينني لكنني أعرفك جيدا صدقيني أعرفك تماما بقدر معرفتك لنفسك هل تتسألين كيف حسنا سأخبرك انت هيا تلك المرأة القوية الجميلة والشجاعة التي لا شيء يهزمها ولا أحد يحطمها أنت من اذا ارادت فعلت وإذا رحلت ترك فراغ كبير ورائها وإذا انحنت رفع رأسها وأنحنا لها العالم أنت من إذا بكت بكى العالم معها وإذا ابتسمت ابتسموا لجاذبية ابتسامتها أنت دلالة القوة والشجاعة فإذا أردت العمل وصلت به إلى اعلى الدرجات وإذا أردت منزلك مررت فيه أجمل الاوقات أنت برهان القوة ودافع الشجاعة وحديقة الجمال مهما كنتي بيضاء او سمراء او طويلة او قصيرة ذات عيناني بنية او خضراء او زرقاء حتا انت هي دلالة القوة ورمز الجمال فجمالك هو جمال قلبك وقلبك هو رمز قوتك.

عقاب روان

jadidpdf.com

كوني قوية

لم تتذوق طعم النوم والراحة منذ ليالي عدة متواصلة،،وكان ذلك واضحا جليا على روحها فأخذت الهالات الزرقاء تحفر بعمق وتتغلل بين ثنايا صفحات وجهها الناصعة البياض فترسم بذلك ما يشبه الكدمات تحت عينيها اللتين أختلط سوادهما بحمرة جفنيهما فأعطى منظرا يسلب الأنفاس لشدة رونقه وجماله،،كانت كمن لا روح فيه مشعثه باهتة لا ينيرها سوى لمعة غريبة تجول بين حدقتيها فتترجم إلى ابتسامة مرتجفة تزين شفتاها،،،كان منظرها حقا مثير لكل أنواع وأشكال الألم ..

فلم تستطع تلك الأفرشة الوثيرة والزينة الباهظة المعلقة أن تعكس رفاهية ورخاء صاحبتها فحتى ذلك الأثاث الضخم الراقي لم يمنع بروز اضطرابات تنفسها وتشتت نظرات عينيها،،فكانت متناقضة كتناقض جمالها ورداءة حالتها لكنها لم تهتم سوى برزم الأوراق والمطويات الموضوعة على طاولة أمامها فلم يتبقى على موعد مناقشة رسالة الدكتوراه الخاصة بها سوى يومان، فقط 48 ساعة تفصلها عن حلمها فكيف لها أن تضعف الآن وتضطرب وهي التي لم تعهد في نفسها سابقا سوى الثقة والنجاح ،فكيف لها أن تتغاضى وتتنازل عن حلمها الذي بات تحقيقه وشيكا لمجرد آلام ونزيف سببه عملية ولادتها لابنتها الأولى و التي لم تشفى منها بعد،،،فستكون أكبر خيانة في حق نفسها إن

jadidpdf.com

فعلت .فحتما سيكون عارا لو انحنت وتنازلت وهي من آمنت أن الحياة وقفة عز وقوة
لم تشكك يوما في قدرتها على التحمل والكفاح .لم تفقد للحظة واحدة شغفها نحو التقدم والنجاح. لم تتخلى قط عن أحلامها والتنازل عنها كان جرم محرم في قانون دستورها أهملت المنصب فأتاها راكعا محملا بالمال والجاه والرفاهية وكل أشكال النعيم وهذا ما زاد من طموحات الغير في محاولة لإحباطها فكثيرا ما التقطت أذناها كلمات قاسية موجعة فظة ك" تزوجت وأنجبت وأنت تعملين إلا ما تسعين بعد" " فعلا فما الطمع إلا وليد الفقر والعوز" ....
وكأنها بتعبها وكفاحها وسهرها وتضحياتها تريد المال ألم يدركوا إلى الآن أنها تريد شيئا أقوى وأسمى تريد إثبات ذاتها تريد تخليد اسمها كمثال للكفاح والعظمة
فليست هي من تضعفها كلمة. وتقويها أخرى ليست هي من تربكها نظرة استهزاء وتأثر بها عبارات السخرية إنها أقوى من ذلك بكثير فهي تحملت الكثير وكل ما هو عسير والجميع بعد الله ثم نفسها شاهد على ذلك،،،
حان موعد المناقشة فدخلت إلى الصالة متأنقة متألقة تخطف الأنظار وتأسر الأنفاس كعادتها تقرع بكعبي حذائها فوق الأرض الملساء فتحدث رنات هفهافة تتماشى مع الموسيقى الخافتة المعدة لاستقبالها كانت كلماتها الأولى جرعة أمل وتفاؤل لتثبت وجودها وكينونتها جسدا وروحا ،قلبا وقالبا فما كان إهداؤها الأول سوى مفهوم بسيط عنها

jadidpdf.com

" الحمد لله حمدا كثيرا فأنا أخاطبكم من هذا المنبر بفضل توفيقه وحده لا شريك له وبعد إلقاء التحية. والسلام
سأدخل فورا صلب الكلام. : إلى أبي الغالي الذي فعل كل ما بوسعه في سبيل تحقيق أحلامي، إلى عزيزة قلبي التي داوت آلامي على مدى الأيام. فكنتما لي مصدر الإلهام أحبكم كثيرا
يا والدي وأقدم لكم أحر القبلات
لتقديمكم لي هذه الحياة ...
إلى نفسي، إلى أنا : أنت قوية بما يكفي لتتحدي آلامك أنت قوية لدرجة ألا تضعفي لمجرد تعب أو سهر ليالي...أنت أقوى مما رأيت ولا أظنني سألقى مثلك بعدك...
لم يكن الفقر عائقا ولا الجاه مانعا من تحقيق أهدافك. أنت جميلة بل رائعة أنت دائما تستحقين الأفضل والأروع ،،،
كنت مثالا نادرا للقوة والعظمة لن تنساه البشرية ما حيت وسيخلدك كفاحك ونجاحك رغم فشلك مرارا وتكرارا فأنت ما خشيت الفشل يوما فبإيمانك ما كان نجاحك سوى وليد سقوطك وتعثرك ،،لم تسمع أذن آهاتك وشهقاتك ولم ترى عين تعثراتك كنت وحدك السند والمسند لنفسك فحقا
أنت تستحقين كل الاحترام والتحية ...وهذه مني لك
" أنت زهرة فاقت كل الزهور أنت شمعة يشع منها النور أنت أزكى من كل العطور أنت من الجميع بها فخور" فكوني دائما قوية ولا تنحني مهما كانت الظروف والأسباب فالذل ليس له أي مبرر أو جواب....

بن بعلية هبة الله

jadidpdf.com

إعاقتي ليست حاجز

"معاقة ، عاجزة ، تثير الشفقة " ، ياما سمعت كهاته الكلمات ، وياما تألمت عند سماعها، كلمات كلما تذكرتها اهتز فؤادي ، ودمعت عيوني وانهارت روحي ، كثير منهم من كانوا يرون أنني عبء على حياتهم ، حتى أمي أصبحت تكره وجودي وسئمت رعايتي ، الجميع ينظر لي نظرة استحقار وشفقة كأنني أنا من فضلت أن أكون على هذا الحال ، ينادونني بالمعاقة دون مراعاة لمشاعري ، ألم يفهموا بعد أن إعاقتي من صنع الخالق !؟! ، فلما يستصغرون جمال ما خلقه الله عز وجل ، لست معاقة فأنا من ذوي الاحتياجات الخاصة ، أنا من ذوي الهمم والإصرار والعزيمة ، لطالما كنت أتذمر على حالتي وكارهة لها وعاجزة عن إدارة حياتي ، ها أنا اليوم أستجمع قوتي وأعلن التحدي وأعقد العزم على إثبات وجودي ومكانتي والوصول إلى أهدافي ، لن تكون إعاقتي حاجزا أمام أحلامي وطموحاتي ، إن لم أصل إلى مبتغاي اليوم فبعد شهر حتى ولو طال بي الزمن لن أتخلى عنها وسأجسدها على الواقع بإذن الله ، لأكون عبرة وقدوة لأولئك الذين استخفوا بقدراتي وأحلامي وقالوا أنني لن أستطيع الوصول ، بعد أن كنت في غفلة عن النعمة التي أكرمني بها الله وبعد أن كنت تحت تأثير انتقاداتكم ها أنا أستنهض ذاتي وأنجو بما بقي لي من إرادة وقوة إلى بر المقاومة والإصرار رغبا في التغيير ، نظرات الاستحقار تلك والكلمات المسيئة سأتجاوزها وأدفنها وأهمل شأنكم ، لأنني

jadidpdf.com

أدرك جيدا أنه لا أحد يسلم من ألسنتكم ، لم يعد يهمني أن أكون مقبولة لدى الجميع ، المهم هو في عين نفسي كيف أكون ، لكن حبذا لو تغيرون نظرتكم لي حتى لو انها لم تعد تعني لي شيئا من باب الإنسانية فقط وكونوا مصدر للتفاؤل والتحفيز ، مدام لي عقل أفكر به وقلب ينبض داخلي لست بحاجة لأن تدعوني معاقة ، لأنني ازددت ثقة بنفسي ورضى على حالي ولن أتذمر بعد الآن على ما أصابني به الله ، فالله الحمد دائما و أبدا.

أمال.خ

jadidpdf.com

كوني قوية

كوني قويّة لنفسك .. عالية العزيمة .
صلبة .. امرأة فولاذية إن لزم الأمر .
كبيرةٌ وَ جميلة في عين نفسك، كوني كالورود كالقمر
وابتسمي لأنك تستحقين الدلال
وأضحكي وزيدي الحياة حياة .
كوني قاسية إذا لزِم الأمر .. متحجرة القلب .
الحياة لا تُصفّق للضعفاء.. انهض لو وقعت ألف مرة عليك
ب النهوض ألفين مرة .
ولا تنحني للبؤساء .. كل حواء نبض عروقها كبرياء أجل قلت
كبرياء ،وليس تكبر لأن التكبر لله عز وجل وحده .
كوني مثقفة ،واعية، طموحة .... فأنت تملكين سلاح
المستقبل
كوني ملكة على عرشك لتزهري...
كوني تائبة رغم كل ذنب اقترفته ،رب العزة والجلال غفور
رحيم
أصنعي ذاتك ب ذاتك.....
كوني حواء ،أنت في الأخير خليفتها في الأرض
لا تقفي عند كل محطة ،مزال المشوار طويل .
لا تجعلي من كل موقف معركة ،ليس لكل فاصلة نهاية.
الأنثى القوية هي التي تتحدى ضغوط الحياة وتمر من أمامها

jadidpdf.com

مرفوعة الرأس كأنها قائدة فازت في حربها....
كوني امرأة قوية ليكتب اسمك في صفحات التاريخ
لم يعرفها من قبل ..
كوني دَائما تلك التي لا تلتفت إلى الحطام رغم انكسار
جروحها...
كوني نيران مشتعلة، تأكل كل من حولها غضبا
كوني قوية لا تكون دمية بين أنياب الحثالة..
سلام على كل امرأة قوية ناضلت لتصل إلى ماهي عليه.....

معمر فايزة

jadidpdf.com

هن القوة

تعلمي النجاة بمفردك، فهذه الحياة محيط عميق بعيد، لا يمكن لأحد أن ينقذك منه أو يمد يده ليسحبك ، لا تغرقي و لا تسقطي ، ألا ترين؟ الميت يطفو على السطح ولا ينزل إلى القاع ،و أنت لا تقبلي إلا أن تكوني عزيزة شامخة، تشبثي بنفسك ، أنت نجمة والنجوم لا تسقط ، أضيئ وسط الظلام كوني ناراً لا تخمد و ريحاً لا تهدأ ولا تسكن ، حتى حطامك و ركامك قاس صلد، دمعك الذي لا يرقد ليس إلا موقد جمر .

لن تكون النهاية إن حزنت يوماً ولن تعلن الشمس النهاية بسبب حزنك و ألمك ، ستطفئين من يحاول خدش قلبك ، لن تدركي معنى الكبرياء إن لم تلفظي أنفاسك الأخيرة -دون أن تستغيثي أو تستنجدي- و إن لم تصارعي حياتك لوحدك لن تعرفي معنى القوة ، لا تتراجعي ولا تستسلمي ، أشرقي كل يوم ، أزهري بكل آن ، فإنك ربيع يستحق السقاية .

هبة ضيان

jadidpdf.com

كينونة

كيف لك أن تتكلم عن المرأة رغم إنجازاتها
كيف لك أن تتحداها رغم أنها تحدت صعوبات الحياة...
المرأة هي مغامرة ..حنون ..عطوفة.. شجاعة .. مثابرة..
كيف لك أن تنسى أعمال و إنجازات المرأة ... فهي التي قامت بتحدي الرجل في شتا المجالات ..فهي التي تنجب وتربي أجيال...
كيف تنعتها بناقصة العقل وهي التي انجبت كامل العقل..
كيف لك أن تنعتها بأقوال وهي التي تعتبر أمكا او اختك او زوجتك او ابنتك فهي احدا الاربعة ويأتي يوم تكون الاربعة .
كيف ان تنعت بغير هذه العبارات :"المرأة قوه"..
"المرأة صبر" .."المرأة أمل" ..المرأة حياة".."
المرأة حريه".. "المرأة عاطفه" وفي آخر المطاف هي التي كانت من بين وصايا رسول صلي الله عليه و سلم في خطبة الوداع..

عبد العالي ماريا شيماء

jadidpdf.com

كوني قوية

_كل فتاة تحلم أن تكون ذات شخصية قوية، صارمة في قراراتها، عفوية بأخلاقها، لا تنهزم في مواجهتها لبعض المشاكل التي تصمد في وجه سعادتها...
لماذا حلمها بسيط لهذا الحد؟
لا تفكري يوما على ان تكوني هكذا؛ لأنك وبكل بساطة تلك الفتاة التي لا طالما حلمتي بها "نعم انت تلك القوية التي لا تخاف من تفاهة البشر" لا تدعي أحدًا يناديك بالمسكينة التي قد خانها الجميع بل كوني حلم رجل
انت التي تبدئين بتفكيرك المفعم بكونك الغالية العظيمة التي لا تقارن نفسها بأحد، ابقي دائما قوية حتى وإن اجبرتك الدنيا على أن تعيشي نصف حياتك مشاكل، مصاعب، مرض، فلا تنكسري أبدا عزيزتي لأن الله سبحانه وتعالى إذا احب عبده ابتلاه.
لا يليق بك الحزن يا حواء.. كوني كالطير في الهواء.. عيشي بعزتك كريمة وبهناء.. رممي شخصيتك وكوني بنفسك انت البناء.. لا تنهزمي أمام الجبناء.
ماضيك انتهى ومستقبلك مجهول، أما حاضرك أنت من تقريره كيف سيكون... كل من خسرك فحتما هم سيبكون... لأنهم ببساطة جوهرة انت كانوا يمتلكون... تمر الأيام وتأتي الليالي ولم ينامون، لأنهم كانوا يوما ما خائنون.

لكحل سيرين

jadidpdf.com

أنت الأقوى والأمثل

كوني قوية كوني انثى بألف رجل واجهي كل مخاوفك بثبات و مصاعبك بكل قوة دون انحناء تحلي بعفويتك و لطفك في كل مرة .

تميزي بصلابتك و لطفك في آن واحد تحلي بالرقة كالغزال و كوني ذات هيبة كالأسد ، كوني مميزة واثقة من نفسك و قدراتك لتواجهي كل ما هو مر و محققة لأحلامك .

اجعلي أيامك تملؤها الهمة و العزيمة و الصبر و القوة لا تفسدينها بالحزن و الآلام .

املئي ساحتك قوة و انثريها في كل الأرجاء كوني قوية لأجلك فلا تنتظري من أحد أن يزرع لكي وردًا في ساحتك ، بل أنتِ من تزرعي و تحصدي و تبني و ترممي كل ما هو بجوارك بنفسكِ عزيزتي .

اجعلي روحك الرقيقة تروي نفسها بآمال في داخلها .

كوني أنثى قوية مهما غرزت أشواكًا في طريقك خذي من تلك الأشواك نضجًا و صلابة في شخصيتك، كوني صعبة التقليد في كل تفاصيلك ، أسلوبك ، طريقة تفكيرك ، أخلاقك و كل شخصيتك .

أنتِ أقوى مما يظن البعض ناضجة بما فيه الكفاية فلا يحق لكِ الكسر فكلما تأتي الصعاب تتحلي بالشجاعة في كل خطوة من حياتك .

أنتِ الفتاة المثالية تتألمي داخل قلبك و تزهرين في آنٍ واحد تخرجين بكامل حدتك .

jadidpdf.com

كوني لنفسك المرهم الملائم لكل ألم و وجع يسري في روحكِ ، اختاري لنفسك طرقاً للتحدي لا للاستسلام كل ما هو معرقل تجدين له طريق فهذا هو دستورك أنتِ الأفضل و الأمثل عزيزتي .

كوني أنثى شامخة لا تليق بكِ الإهانة و لا التهميش كوني أنتِ قبل الكل تألقي بجذورك العتيقة ، كوني كما تريدين رقيقة ، لطيفة ، ذات شغف و ثقة .

ازهري يا فتاة استمري في التغيير لأجل نفسك للفوز بالأعظم و الأقوى في كل خطواتك في الحياة ، اصنعي القوة و تحلي بها ، رغم السقوط انهضي بكامل قوتك مواجهة كل العقبات و أنتِ فخورة بنفسك ، واصلي بجهد يا أميرة الكون فروحك تلمع قوة و صبر ، حرري شغفك عزيزتي ، تميزي دائماً و أبداً .

نهلة العلمي

jadidpdf.com

كوني قوية وناجحة

عزيزتي الأنثى ، خلقك الله مكرمة كالأميرة وستظلين كذلك ما دمتي مسلمة فلا تستسلم..

القوة غاليتي ليست أن تكوني في مساواة مع الرجل تصرفاتك كتصرفاته، أحاديثك كأحاديثه بل القوة أن تكوني أنثى عفيفة مسلمة طائعة لربها ، لا أحد يتجرأ على تخطي الحدود معها ...هذه هي الانثى القوية .

كوني امرأة ناجحة وربة بيت ناجحة فالنجاح ليس أن تكوني عاملة وسط الاختلاط فخورة بذلك بل النجاح أن تكوني نافعة لأخواتك المسلمات بعفة وستر ..

أن يكون لك دور في نشر الإسلام وأخلاقه بين الناس وأن لا تشوهي صورته بأفعال منقولة من الغرب...

القوة أن تكوني متفائلة دائما برغم الصعاب وبرغم عراقيل البشر ..

أن تكوني مطبقة لتعاليم الإسلام بارة بوالديك وذات حسن خلق وابتسامة...

كوني قوية عزيزتي وقت الصعاب والأحزان والابتلاءات لأنك خلقت أميرة لتسعدي فقط لا لتحزني ولتضعفي ...

أن تكوني قوية وناجحة لا يعني أن تتخطي حدود الله ومحرماته ، فالنجاح يكون فقط برضى الله تعالى عنك وبأمر منه ...

تاجر مها

jadidpdf.com

كبرياء أنثى

مستلقية أنا على ظهري فوق السرير ، وعيناي السوداوين كليل مظلم في غاية سواده تستقران على سقف الغرفة ، يحدث صراع في نفسي بين يا ليت ولماذا وربما ولعل لوكان ما كان ؟ صراعات داخلية تطغى على أفكار السعادة والتفاؤل ، وبالي مشغول في هواجسي المرعبة ، أستمع إلى صوت داخلي ينبع من أعماق قلبي

_ ماذا تفعلين يا أنا ؟

_ مثل ما ترى لا حياة لي يا أنا .

_ أتفكرين في ماض مضى ؟! أتفكرين كيف تستعيدين ماض لتغيري ماحل به ؟! وهل وجدت الحل يا عبقرية ؟

_ لا لم أجد .

إذن ماذا دهاك يا فتاة ، ماذا دهاك لتسرفي طاقتك في مالا يعنيك ، إن بكيت فإن الدنيا لن تتوقف ، إن فكرت فإن الماضي لن يتصلح ، إن حزنت فإن الماضي لن يعود ، مانحن فيه حاضر وما مضى قد مضى ، وما سيأتي مستقبل ، استجمعي قوتك وبادري من جديد ، انسي كل ما مضى وتعلمي من أخطائك ، تشجعي وأكملي مما توقفت ، أحلامك عديدة سارعي بتحقيقها ، أنت قوية تجاوزي ما أنت فيه ، أنت أنثى خطّت من أجلك العبر وخاضت من أجلك الحروب ، وسالت من أجلك الدماء ، رقّتك ، أنوثتك جعلت منك أميرة القصور وملكة البلدان ، قوتك وعزيمتك خطّت بماء الذهب في كتاب ، غلواتك وصفت بها من طرف

jadidpdf.com

خير الأنام ، خلقت من ضلع أعوج لتكوني السند و الهيام ، تخطي المشاكل والعثرات

ولا تسمحي لأحد أن يحطمك مهما كان ، لا تحلمي على حساب شخص أو فلان ، فأنت قوية ، عظيمة بما تملكين و لا تملكين مالا تملكين ، كبريائك سيطغى حتما على طيبتك ليجعلك قوية دائما وأبدا ، كوني قوية واكسري قيود فشلك ، حلقي في سماء أحلامك و حققي ما قيل عنه ضعيف ، فحلمك أكبر من أن يضم إلى ذكريات الأرشيف ... كوني قوية .

برانسي ماريا

jadidpdf.com

عزيزتي الأنثى

عزيزتي الانثى..... كوني قوية !
كوني قوية لأنك أنثى في زمن أصبح فيه الإناث ذكورا والذكور إناث , كوني قوية لأنك من خلق الرحمان , الحي الذي لا يموت
كوني قوية كي يعرف من قلل شأنك يوما انه غلطان كوني قوية .... بجمالك ، بذكائك، بحيائك ،بحشمتك ، بحبك و حنيتك . كوني قوية بساعدتك واجعلي منها سلاحا لك ، كوني قوية بدموعك واجعليها شعلة انطلاق تحد جديد.
اعشقي التحدي ، اخبي الخيال ، احلمي ، ضعي هدفا وحققيه.....مهما كلفك الثمن. كوني قوية لأنك لا تخجلين من شيء تحبينه. كوني قوية كالجبال كوني قوية كالإعصار ، ابعدي كل سيئة من الافكار. نعم كوني قوية ... كوني قوية بضعفك ، بقوتك ، باسمك و بلقبك ، برهني للدنيا أنك أقوى من أن تهزمك
..... عزيزتي الأنثى .....
خطوات يسيرة لتكوني قوية
اقتدي اولا بخير قدوة ،حددي الهدف و ضعي الخطة ، اعشقي هذا ، أحببه لتضعي أخير هدفك في الشبكة وتلتحقي بصفوف العظماء لتقولي حينها :

jadidpdf.com

أنا قوية ،أنا قوية لأني هزمت الحياة
أنا قوية لأني خلقني الحي الذي لا يموت
أنا قوية و سأبقى قوية حتى الممات.

خالفي سلسبيل

jadidpdf.com

وتمضي الأيام

أجبِري أفكاركِ على فتح تلك العينان الجميلتان لرؤية قساوة الأيام، لتخبرك بمشكلاتها وأنك قادرة على احتضانها لتمرَّ بسلام، اعتبريها مجرد استراحة من أيامٍ أزهرت بالحب والحنان، قاومي لرجوع أيامك التي اعوجت وأبت أن تقام، استغربت؟! أنهي ذلك الاستغراب.. أحزنت؟! اقضي بإصرارِكِ على تلك الأحزان بعدم الاستسلام، القصة سهلة فقط أخرجي ذلك الوحش الزّنان أطلقي العنان لقوتِك وسافري بتلك الأحلام، امسح تلك الغبرة التي أكلت مشاعرك وغوصي إلى الأمام، اخرُجي و انثري أشعتك الأولى في كل مكان، ولا تخاف من الزمان فهو شافٍ للآلام، إياك والإحساس انك خذلت، قاوم بحدة وانتظري النسيان، مشكلاتك اقتليها، وانخريها، وحوليها إلى جيفة برائحة الزمان، وتذكريها بقولك كان يا مكان، حاولي أن تتشبثي بعقارب الساعة ورقصي معها عزيزتي على أنغام الأوان أدخلي لحياتك الألوان، وأسرق الأشهر من الأعوام ولا تبكي غاليتي على فوات الأوان.

لطرش ايت

jadidpdf.com

أنا قوية

أكتب عن كل امرأة تعيش في هذه الحياة...
كلامي موجه إلى كل الفئات، لا يهمني صغير أو كبير...
المهم أن يفهم معنى الكلمات!
رفعت قلمي من أجل أن أقف في وجه كل شخص يريد أن يكسر ثقة امرأة أو فتاة...
أيتها المؤنسات الغاليات كوني قوية لنفسك وليس لغيرك...
تغزلي بجمالك...ابتسمي...ولا تعتزلي عن الحياة...
كوني قوية لا تستسلمي لكلام الناس
من يتنمر على كلامك ،او جمالك، او حتى لباسك!
تميزي عنه برقة إحساسك ،وأخلاقك، ودينك
نعم اصرخي وقولي أنا قوية ....
أقتليه بصمتك، وتميزك، وشجاعتك
من يريد تحطيمك أو كسر أحلامك لا تتركي له الفرص...
فأنت يا ابنتي حواء خلقت من أجل أن تكوني ملكة ،معززة ،مكرمة....

هناء دفلاوي

jadidpdf.com

أنت عظيمة

يقولون أن للرجال قوة عظيمة
نعم قوتهم تكمن في جسدهم
لكن القوة الحقيقية تكمن في العقل والإيمان يمكنك أن
تكوني قوية كالحديد وصلبة كالجليد
أنت أم مستعدة لمحاربة العالم من أجل طفلها
أنت ابنة تحمل أباها في مرضه
أنت زوجة حامية وطائعة لزوجها
وكذلك أنت أخت محافظة على شرف أخيها وأبيها
فهل توجد قوة اعظم من هاته
هكذا تكون القوة....

بن عوالي دعاء السجود

jadidpdf.com

تجاهلي

كوني قوية
لا يضعفك كلام الناس
لا تبالي
أن تكون خطواتك ثابتة
ورأسك شامخ في الاعالي
أن تحولي السلبي إلى إيجابي مثل إن سقطت يوما قفي
لوحدك لا تنتظري معروفا أو مساعدة من أحد
وأن تكوني لعنة قاتلة لكل حاسد
أن تكوني كصخرة قاسية
إن سقطت من مكان مرتفع على الأرض احدثت هزة أرضية
فإن بدأتي تأخذين كل كلمة أو تصرف أو شعور على محمل
الجد وتخافين من الغد والمستقبل
ستسقطين من أول رفعة قدم تخطينها وسيكون عالمك
وحياتك عبارة عن لا شيء لأنك إذا استمعت لقال وقال
ستكونين في الأخير دائما
فقط الله الواحد هو خالق هذه الدنيا والخوف منه وليس
من عباده البغضاء
كوني قوية لنفسك وليس ليعجب بك غيرك

بن عوالي دعاء السجود

jadidpdf.com

كوني قوية

كوني قوية، فوراءك رب كريم
تعثري، أخفقي، ولكن ،،
جاهدي وخذِ القرار الحكيم
لا تسمحي للحياة أن تنخر قلبك لا تسمحي ....
فكم من هيثم كسرت جناحه ولكن ..
كبر وأصبح نسر عظيم
جددِ الأمل كل يوم ، كل صباح بل كل حين .....
فالكون لا يبقى ثابت بل يتغير كل حين وحين .....
كوني قوية ، كوني ولا تسأليني لماذا؟ ...
فقانون الحياة لا يقبل المستضعفين
كوني قويةً حتى من يراك ،،
يضنك بلا وجع ولا دموع تسّاقط من العينين
كوني صموده وارفعِ راية الجهاد ..
وأجزم بل وأقسم أنك ستنجحين ...

بطيب هنادي

jadidpdf.com

أنثى بنكهة الأمل

كنت يائسة فاقدة للأمل... كنت اعيش بلا روح... والوم حضي السيء.. اعتقدت انني منحوسة.... تمنيت الموت... حقا لا يمكنني ان اصف ما مررت به... تلك كانت اسوء فترة في حياتي... كنت عاجزة... لم يكن بإمكاني فعل شيء سوى الصمت.. واتفرج على شريط حياتي ينقضي امامي... وانا تائهة.. ضائعة في عالم يسوده اليأس... بعد وفاة عائلتي في حادث المرور اصبحت وحيدة.. مشتتة... اصبحت غريبة عن نفسي. اختفت البسمة من وجهي.. فقدت حياتي.. احسست بالضياع... بقيت وحدي في منزل عائلتي.. اقصد عائلتي المتوفية... اشتدت علي المصائب... لم يكن لدي المال.. اما أقربائي فجعلوني غريبة... بل لم يزوروني حتى ليطمئن علي.. تركوني في ظلمات البئس والفقر... كان معي الله وفقط ظننت ان الحياة انتهت بالنسبة لي..... وبعدما وصلت لأدنى نقطة من اليأس... انقلب كل شيء.. سبحان الله من يغير من حال الى حال في رمشة عين.... حدثت المفاجأة... كنت قبل وفاة عائلتي تقدمت للعمل كصحافية... لم يردوا علي اذا قبلت ام لا.. لكن الان اتصلوا بي وعرفت انه تم قبولي للعمل... نعم اعترف انه كان صعب للغاية ان ابدأ حياتي من جديد.. لكن فعلتها.. بجرعة من الشجاعة والامل نعم فعلتها بدأت بالعمل... بدأت احوالي تتحسن شيئا فشيئا.. شفيت نفسيا وماديا..

jadidpdf.com

استرجعت روحي التي فقدتها غيرت حياتي وتخليت عن كل شيء يسلب مني راحتي وضحكتي..

دنيا حمراوي

jadidpdf.com

ولدت من جديد

بعدما انتظرت يوم التاسع والعشرين من شهر اكتوبر بفارغ الصبر لأنه كان موعد زفافي ، اسعد يوم في حياة المرأة ليس مثل باقي الايام ، ولكن بالنسبة لي كان يوم جنازتي . لم اعتقد ان الحياة تؤلف قصصا يعجز ابرع اهل الفن ان يتوهم مثلها . فلقد عشت اربعة اشهر من حياتي جحيما بمعنى ما للكلمة من معنى، رجل ظالم مستبد . اود الاختلاء بذاتي اكره صوتك لا اتحمل نفاقك الخادع لم انل منك سوى الاوجاع. رجل اتعب روحي بصفاته السيئة التي لا تناسبني .

بعد معركة طويلة بقرار الطلاق وبعد مد وجزر استجمعت قوتي واتخذت قراري اريد الطلاق . في بادئ الامر احسست باني عبء على اسرتي وباني سأقع فريسة للقب المطلقة وبنظرة المجتمع الظالم وثقافتنا العربية ثم سرعان ما تبادرت الى ذهني الاسئلة

لماذا صبر ايوب؟

لماذا خرجت مريم الى الناس بطفلها؟

لماذا لم ييأس يعقوب؟

لماذا لم يخف ابراهيم من النار؟

لماذا لم يستسلم يونس؟

لماذا لم يحزن نبينا وصاحبه في الغار؟

بدأت استجمع قوتي ،بدأت برؤية نفسي جميلة ، مليئة بالحيوية والتفاؤل، بدأت انسج خيوط حياة اخرى اعيشها بنجاح بعد ذلك

jadidpdf.com

الاخفاق، اصبحت احلم بمستقبل مشرق بعدما تخلصت من حياة لم
تناسبني ومن رجل ظالم مستبد عنفني ولم يستطع فهمي والتعامل معي .
فانا امرأة جذابة ، مفعمة بالأمل والفرح ولن يمحي شخصيتي ولن يأخذ جمال.

حنان بوعيشة

jadidpdf.com

كيف تكونين قوية

بالنسبة لي فدائما ما كنت أرغب أن أكون قوية لكني لم أعلم كيف .كيف تكون القوة عند النساء ما شكلها و ما مضمونها و ماذا تعني؟

لم أُحِب نفسي و أنا جامدة في مكاني لا أبحث عن شيء و لا أطمح لشيء بصفة أخرى كنت ضائعة في عالم فارغ و كل ما أعرفه هو أن علي أن أكون قوية. وخلال بحثي عن قوة المرأة أدركت أمورا و خبايا حول هذا الموضوع و مفاهيم أخرى لهذا المصطلح جعلتني أستبدل الكتاب و ليس فقط الصفحة لأروي لكُن ماذا تعني قوة المرأة. غالبا ما نغرق وسط أن المرأة حنونة، بريئة رقيقة القلب هذا ما سميناه تناقضا أي أننا نرى على أن هذه الصفات تمنع وجود قوة عند المرأة لكن لنتوقف لوهلة و لنفكر هل مفهوم القوة يتغير هنا ؟

الإجابة نعم فقوة المرأة تكمن في أنوثتها ولباقتها و أخلاقها و صفاتها ليس ما في عضلاتها أو الكلام القاسي أو النظر الحادة. تكون امرأة قوية عندما تبني جدارا من حجر حول كرامتها و جدار حنان حول أبنائها و جدارا من حب حول زوجها و جدار احترام حول والديها . هي كالنحلة إذا أعطيتها حبا فادتك بعسلها و إن قابلتها بشراسة صدتك بلسعة منها. أما من الناحية النفسية لها فغالبا ما تكون واثقة بنفسها، راضية بقدرها ، مطيعة لربها و مخلصة في عبادتها ، قدوتها صحابية لا مغرورة غنية أما بالنسبة لآراء الناس عنها فإني

jadidpdf.com

أجزم لكم أنها لا تهتم لها بل تمضي في طريقها عاملة على مستقبلها ،تجاهد و تسعى في سبيل ذلك فإن وضعت حلما لا تتوقف إلا حتى تجعله حقيقيا و أجمل ما في ذلك
أنها لا تنسى نفسها فحتى لنفسها تقدم الاحترام و العناية و تحافظ على كل ما هو جميل فيها نعم هذه هي المرأة القوية
أليس رائع أن تكسب المرأة القوة أليس أجمل قوةٍ المرأة .
تتميز النسوة بقوتهن الخاصة نوع جديد من القوة الذي لا يؤذي و إنما يحمي و يبرز فائدة النساء و حكمة وجودهن و روعتهن
كل هذه الكلمات لك يا عزيزتي المرأة تميزي و اختلفي و كوني قوية.

مريم كركار

jadidpdf.com

رسالة لك

لا بأس يا عزيزتي حتي السّماء تذرف الدموع احياناً، هذه الايام التي تمرين بها ماهي إلاّ أيام عِجاف، هذه الايام يجدد الله لكِ فيها قوة صبرك وإيمانك و تحملك و صمودك التام امامها.

ومن بعدها سيأتي الله بذلك اليوم الذي يغيثك الرحيم من رحمته ، امسحي علي قلبك الجميل بماء اليقين بأن هذه الايام القاسية ماهي إلا اختبار من الله مهما استغرق من طول مدة مصيره المرور، لا تجلسي هكذا ويديك علي وجهك محبطة ويائسة امام ظروفٍ قد مررتِ بالأسوء منها واستطعت التغلب عليها ،

عليك بالنهوض والمحاولة و الصبر انتِ اقوى من اي شيء.

نورا الحراتي

jadidpdf.com

كوني أنت

كوني قوية بعفتك بصدقك بحبك بحقيقتك لا بضعفك وخسارة قيمتك..... لا تقولين أني قوية لأني وجهت كلام قاس لوالديك أو لأخوتك أو لصحبتك أو لمعلميك بالعكس هكذا ستحقرين... القوة لا تكمن في صلابة الكلام بل تكمن في صدق الفعل ولو كان شيئا بسيط القوة تكمن في مساعدة فقير في تحقيق حلم كان من المستحيل تحقيقه او كان من الصعب تجاوزه هنا تكمن قوتك في عدم السماح لأحد بتجاوزك أو كسر طريقك أو بالتشاؤم والكأبة اللتان تمثلان الموت البطيء للإنسان الحالم..... ستكونين قوية حين تجدين اسمك يعلو في كل القمم ووالديك من فخرك رأسهم دائما مرتفع.....

كيحول خولة

jadidpdf.com

لا للفشل

نعم يا فتاة ، حاربي الفشل ، لا تكوني ضعيفة ،لما تتركين نفسك لتصلي الى مرحلة اليأس حتى يقال عنك فتاة ضعيفة و مهملة لا جدوى و لا فائدة منها .

لما؟ هل ولدتي تكوني شخصا يستغل الاكسجين في هذه الحياة اما من اهداف امامك ؟ اليس لديك مستقبل لتبنيه.

فقط توقفي عن البحث عن اسباب وانهضي ! انهضي بقوة عزيزتي كوني قوية لا تيأسي ، حتى ولو كان الدرب صعبا فقط تحلي بالإصرار و العزيمة ، كوني فتاة شجاعة لا يغرها شيئا ، تحليا بالكبرياء حبيبتي و كوني قدوة لكل من يراك .

تحلي بالصبر لان الله مع الصابرين .

و اتقي الله عز و جل ليكون في عونك و يزيدك اجرا ، هكذا حبيبتي لا تتخلي عن فرصة الحياة لم تخلقي لتكوني ضعيفة بل انت انثى جميلة و لطيفة لكن في نفس الوقت شجاعة و قوية و تحلي بالأخلاق الفاضلة لان الوردة تحميها اشواكها اما الفتاة فتحميها اخلاقها و عيشي حياتك و استمتعي بلحظاتك فكلام الناس لا ينتهي ولا تكترث لما يقولونه و واصلي جدك و مثابرتك .

كوني عظيمة فعين نفسك اما اعين الحاسدين لا تهتمي بها عزيزتي.

بشرى قرناني

jadidpdf.com

أنثى استثنائية

عزيزتي كونك انثى عليك ان تعلمي ان قلبك اغلى ما تملكين عليك تقديسه لن تسمحي لأي شخص ان يسكنه ولن تعذبيه شوقا ولا حنينا ،لن ينكسر في لحظات ضعفك انت اقوى بكثير من ان تنكسري لا بأس ببعض الدموع والأرق والاغاني الكلاسيكية الحزينة ... احرصي على ان انهضي من جديد الامر يحتاج الارادة والكثير من اللامبالاة ،لا ترضي بما هو اقل مما تستحقين انت جوهرة ، لقد صنتي شرفك وقلبك وكرامتك على مر الزمن ،هذا مصدر فخر لك ولوالديك ،احرصي عزيزتي على ان تحلمي وتحلمي ولا تتوقفي عن الحلم سيأتي اليوم الذي تتحقق كل طموحاتك وتقولين حينها ،يا لا الروعة امنياتي اصبحت جزء من واقعي ،لا تيأسي دعي الامل يستوطن روحك انضري دائما لمن حققوا النجاح في حياتهم، لا حاجة لكي لصحبة اناس سلبين اقصى انجازاتهم النهوض من الفراش وإعداد فطور الصباح، لا عيب في ان تكوني حالمة واسعة الخيال والفكر ،متعلمة ،مثقفة، قارئة، العيب حين ترضين بما انت عليه ولا تحاولي ان تغيري من نفسك ولا ان تنمي فكرك ،لا تكتفي بشهادة جامعية ولا بقراءة رواية واحدة ،ثم تحسبين انك بلغت من العلم ما لم يبلغه احد ، لا انكر ان تحقيقك لأمر بسيط كان في خاطرك يشعرك بسرور يحق لك ان تفتخري بنفسك ،لكن لا يحق لكي ان تتوقفي عن كونك فتاة حالمة مكافحة ناضجة ذات روح صلبة ، ثم عزيزتي عليك ان تتيقني مهما

jadidpdf.com

اشتد الحبل سيخف ،ضهور الهالات تحت عينيك لن ينقص من جمالك شيء، الارهاق والصداع نتيجة السهر سيزول اثرهما، ان تكافحي وراء حلمك حقا الامر يستحق، لذة الوصول ستنسيك تعبك، بذلك لن تكوني مجرد انثى عادية ،عزيزتي لا تكوني انثى اقصى احلامها رجل واطفال ، العمر طويل والفرص قادمة اليك ،لا تتأثري بكلام الناس القيل والقال انه كلام فارغ ،لا تحسدي جارتك لزواجها من ابن عمها ، ولا صديقتك لكونها تعيش قصة الحب ،الزواج والحب اعمق بكثير مما نضن، لا ترضي برجل محدود الفكر ،رجل لا يقرأ، رجل لا يهتم لخواطرك ،لا يفهم قصيدة شعرية تغزلت فيها به، لا يدعمك ولا يقويك ،رجل يحطم احلامك، رجل لا يدرك قيمة الشهادة التي تعبت من اجلها، لا يفهم حوار العيون ولا ايماءة اليدين ،لا يهاديك ،لا يتغزل بك ،لا يخاف الله فيك ، فعلا كلما اتسع فكرك واطلاعك وثقافتك ،صعب عليك الاختيار، حين تؤمنين ان قيمة الشخص في قلبه ومدى حنيته وفي فكره ومدى اطلاعه ،حينها انت في الدرب الصحيح وستختارين من يكون لك السند والامل والاكتفاء.

زرفة ملاك

jadidpdf.com

قوتك مفتاح نجاحك

أختاه كوني قوية، انجحي و اهزمي كل الوحوش البشرية، الذين أرادوا النيل منك بالاستهزاء و السخرية...
اعلمي أن العمر يقصر، وقوتك ستزيد من عزيمتك وتقربك من النجاح أكثر، تجاوزي كل العقبات وابقي يقينك بأن كل مر سيمر...
النجاح مشواره طويل، فإن كنتي في بداية الطريق تحلي بالصبر الجميل، لأن لذة الوصول ليس لها مثيل...
اجعلي النجاح حرب، جيشها الأمل و العمل، شعارها لا للاستسلام والفشل ،وحتما الغد سيكون أفضل...وسلاحها العزيمة والإصرار...
أختاه كوني قوية وتعلمي الوقوف بعد التعثر و السقوط...حاربي العالم بابتسامة، و نجاحك سيقضي عليهم مثل الدوامة....
لا تخبري أحدا كيف دخلت هذه الحرب وكيف انتصرت، لأنك كنت وحدك عندما انقهرت و بكيت ،إلا أنك صمدتي وعزمتي وفي الأخير و صلتي...
القوة مفتاح النجاح، كوني قوية لأجلك لأجل حلمك.....

لسبط براءة

jadidpdf.com

كوني قوية

من منا لا تحب ان تكون فتاة مثالية في تفكيرها وردود افعالها ومعاملتها من منا لا تحب ان تكون فتاة ناجحة في حياتها ،لكن وحوش الخارج اجبرت العديد من الفتيات التخلي عن احلامها امالها واستسلمت للمسلط عليها وانا اليوم اخط عبارات الذهب عبارات الصلادة لتصنع منك فتاة قوية فتاة طموحة حالمة ،فلما لا الست انت الزهرة التي تتغذى منها النحلة ومنها الست انت النحلة التي تعتمد عليها الخلية فالمجتمع يعتمد عليك انت ،ولما لا انت من ولدت من دون زوج وولدك نبي ،لما لا وانت من كنت ام الاجيال فانت الاقوى انت من يستحق عنوان القوية يامن تتحملين ألم الحيض والولادة والمسؤولية الا يجدر بك ان تكوني قوية ،كوني قوية بدينك بتعلقك بالله يا اختنا بنجاحك في دراستك في بناء اسرة ناجحة انت العنصر الاقوى في المجتمع نعم انت فالنجاح معتمد عليك نعم انت.

بن صغير وصال

jadidpdf.com

دعمك يا انا

تستيقظ صباحا تؤدي فرضها، ترتل آيات تُخشع القلوب وتُدمع العيون، من روع طيبتها و معاملتها أحبها الجميع ... يُضرب المثل بها، ذات حياء طاهر و متطهر واثقة بنفسها نقية في تفكيرها، يختفي الوصف والمثل عند حضورها لا تنسى وِردها، قائمة بعدلها تتنافس مع أقرانها وإن سُئلت عن سرها قالت هو إيمان بربها، جف القلم من كثر مدحها فسُئل...؟أجاب عجيب أمرها!...، وما العجيب فيها إن كانت تبر والديها ولا تعصي خالقه؟!، فقيل أن العجب يأتي ممن بارك فيها...، تصون إخوتها وتحتضن حتى من لم يستنجد بها، حلُمتُ من كوني مثلها فما أيقنت أنني لن أصبح إلا إذا مشيت في مثل طريقها، شكرا لك يا أنا قد جعلت مني غيورة عليك ، كدت أن أنسى أنني من سار معك ودعمك...، أرفع رأسي بدلا من قبعتي فقد كنت جوهرةَ قدوةٍ لكل واحدة في طريقها... سلاما عليك وحفظ الله يا منبع قدوتها ، أقبل أن أقول نعم أنا أنت لكني لا أستطيع القول بأنك أنا لأنك اختلفت عني في الكثير فاعتبرتك جرعة إيجابية لكل داء أصابني...، لم تقبلي بالهزيمة فلم أقبلها أنا ...كانت ذات انعكاسٍ ناجحةٍ في مرآتها واثقة عازمة يقِظة قد جعلت عقلي زمردًا بشتى ثقافاتها ، لك ألف تحية أيتها الأنا...صديقة رفيقاتها بلسم المعاشرة إنعاش للذات...هذا ما وصفوك به يا أنا فتابعي ولا يغُرَّك أحد بهذيانه... صفاء

jadidpdf.com

روح ونقاءٌ ممزوج أحبتك أمك وبسكرتي نادتك حبيبتي أنت...
شكرا لك حفظت كبرياءك وعائلتك فتاج الوقار ألبسك والدك...،واصلي فأمك لباب الكرامة والافتخار أعطتك، وإخوتك دعما لهم فتحوه بحب فاستندي عليهم ولن تجدي الحب من غيرهم...
لا تيأسي فاليأس يحبطك ومن باب النضال قاومي...
شكرا لك أيتها الأنا...

سلسبيل دوخي

jadidpdf.com

كوني قوية

قد نحتاج يوما كاملا في السرير قد نحتاج إلى اخذ يوم طويل في البكاء قد نحتاج لأكل ما يزيد وزننا ويخرب بشرتنا لكننا بالتأكيد نعود دائما أقوى من الاول. أيعقل ان ابنة حواء قد تضعف يوما او يهزمها يوم سيء في حياتها الطويلة أيعقل ان بعض مشاكل الحياة تقدم على تحطيمك بسهولة الم تكوني يوما تلك المرأة التي تهد الجبال بقوتها وتسكت الجميع بشجاعتها وجرأتها اولم تتحدي العالم ليكن لك فيه مكان خاص يحترمك الجميع ويثمن مجهوداتك لا تظني ولو لوهلة انك ضعيفة بل اضعفي من حولك بقوتك كوني قوية وارفعي راية التحدي وانهضي من جديد كزهرة ابت الذبول كوني قوية.

سمية بن دادة

jadidpdf.com

أنت القوة

لكونَكِ أُنثَى ، هذآ لا يعني إِطْلاقا أنْ تكُوني ،
خائِرة ؛ أو مَهْزُومةً ؛ أو ضَعيفةَ .
فالقُوَّةُ لَيستْ أَسِيرةُ إِنْسِيّ ، ولَمْ تنْشَأ لشَاكِلةِ أدم فحَسْب `
فانت أمرأه ، عَليكِ أن تفَطِني جَبَرُوتكِ `
فَأنتْ تَرَعَينَ أُمَةً وتخْتَتَمينَ قَسَم مُجْتَمِع `
فَلاَ يُناسَبكِ ألاَ الجبروت ؛ فانتزع ثوبْ ألتَوَجُّس `
انْتَزَع ذلك الثوب ألِذي يُرْغِمَكِ أنْ تكْتَسَي بهِ ، فقطْ !
لكَونكِ أُنْثى ، ولتَوَهَّمهِ ؛ بأنكِ "خائِرةً أو بَاهِتَة "
أو لتَوَهَّمهِ بأنكِ " رَهِيفةً أو رَقِيقه "
فلا تأَذِنِ ولا تسمح لأيِّ أحَدَ بأَنْ يبْلَغكِ
" بأنكِ ضَعيفةٌ وأنه أقوىَ مِنكِ "
فأن مْقيَّاسَ ألقوه لا يتَعَلُّق بالعضَلاتِ أو ما تبعه'
فلديكِ كَنزٌ وجَوْهَرَ هو "{عقلُكِ}" فهوَ أَصْلُ القُوَّةُ `
' لذا ولكَونكِ أمرأه ولأنك من شَاكِلةِ حواءَ '
فهذا كَفيلٌ بأن يجْعَلُكِ " مُبَجَّلةً ، مُكَرَّمةً"
لذلك لا تُسَوَّغِ مِن " مُهْجَتكِ أو قَلْبكِ أو ذَاتِكِ بَتَاتا "
وَمِن ثُم استيقن وتَوَثَّقِ بأنَكِ أنتِ مَن يَوجِد " القُوَّةُ ".

زهراء عبد جبر

jadidpdf.com

رسالة حواء

كوني قوية هي رسالة مني الى كل انثى
حتى تواجه كل ما يعيق طريقها من صعاب
لأننا في مجتمع يملأه الحكم الذكوري
اليوم وقد فرض عليها القوة
البعض استهان و الباقي ظلم ،اعتدى
ونحن نرى كل يوم عمليات الاعتداء
كافة الظلم الذي لحق بها
هل ذنبها انها ولدت فتاة
ام هذه مشيئة الله و قدره
يعجز الانسان عن الوصف عن الكلام
تجمد دموعي في عيني
و كلامي في حلقي
اليس من حقها العيش امنة مطمئنة
اجل نقف تحت شعار كوني قوية
ونهتف و نصرخ به للأنثى اجمع
لا يهم من اي إيواء مدينة ريف او حتى قرية
هذا الوقت و قد بلغت منزلتها و دورها لدي بعض البلدان
ايما دور و ايما مبلغ وهاته المجتمعات تفرض المساواة بين
المرأة والرجل
يحق لها ما له
لا ينظر لهم على اساس الجنس او غيره
بل بمقدار البذل و العطاء

jadidpdf.com

كل ما تقدمه و يستفاد منه
المعرفة و الابداع و الاجتهاد ليس حكرا على احد او فئة او جنس
اجل كوني قوية واجهي الصعاب برحمتك
كل مقومات الصفات الفاضلة بك
بيدك بقلبك غيري جملي اضيفي
فانت كائن وسط بين الملاك و الرجل
تجسدين دورهما
كوني قوية ليس معناها اظهري شيطانك او حقدك و ظلمك المدفون
بل كوني امل لكل اخرى مثلك
امل لكل عاجزة لم تجد او تبحث عن طريقها وسط كل هذه المصاعب.

لعواشرية بثينة

jadidpdf.com

قاومي من اجل الحياة التي

صنعتيها بمخيلتك

أدري أن الهزائم تحيط بك من كل جانب. أعلم أن الحزن خيم على روحك ومن كل جانب وأن الدنيا بوسعها قد ضاقت بين عينيك.

أستبقي تنتظرين الفرج أن يأتي إليك مقدم على طبق من فضة.

كلا لن يحدث هذا مهما انتظرت!

ما ولدتي لتشقي ولتبتئسي.

لما؟

لأنك صلدة شامخة لا تهزمين ولا تكسرين

أنت قوية بما يكفي لا تدعي تفاهات الأمور تهزمك وتكسر كبريائك وشموخك.

ستنجلي الأيام الراكدة وسيحل ربيعك وتزهرين.

الخير سيأتي وشمسك ستشرق قريبا بإذنه عز وجل.

ثقي تماما بأنه لن يتركك تصارعي كل هذا اليأس لوحدك لما.

"لأنه عليم بذات الصدور"

الله لن يكسر قلبا لجأ إليه ولن يرد يدا رفعت إليه.

كوني قويه كما عهدتك.

كوني الفرصة الأخيرة في كل شيء.

بالطيب ملاك

jadidpdf.com

مطبات الحياة

لم اكن على علم بان كل تلك الالم التي كانت بداخلي..
سياتي يوم وتجعل مني فتاه موهوبة..
نعم جعلت من احلامي تزهر يوم يتلو يوم..
ها هي احلامي باتت تكبر وتعلو في سمائي..
جعلت من اسمي اسما..
ها هي طموحي واهدافي..
ستجعل من مستقبلي مستقبل يزهر..
سيكون مستقبلي زاهر وسيجعل مني فتاه..
سأجعل الجميع يفتخر بي افتخارا..
نعم فخورة جدا بنفسي..
فخورة لأني جعلت لـ اسمي مكانا بوسط هذا المجتمع..
سأجعل كل من قال لن تكوني هكذا ينحني لي..

جهينه الحسام

jadidpdf.com

أحلام وجب لها ان تتحقق

كان شابا مجتهدا جدا ، بشوش الوجه ،كريم الأخلاق ، مجتهد في دراسته ، ومجتهد أيضا في بر والديه ، قصته بدأت عندما مرت أمه بأزمة صحية ، جعلتها طريحة الفراش ، نبيل لا يملك إخوة هو وحيد أبويه ، كانا يداولا العناية بالأم هو وأباه ، إلا أن حدث ما حدث في ذلك اليوم المشؤوم...

كان نبيل يعتني بأمه كعادته بعد أن أنهى أعماله الدراسية ، حظر الشاب وجبة الغذاء لأمه وقدمها لها ، تناولتها الأم وخلدت لقيلولتها...

غسل نبيل الأواني التي استعملت في الغداء ثم توجه ليصلي الظهر، بعد انتهاءه من الصلاة بدأ يدعو ويسبح إذ بهاتفه يرن ، تجاهله ليكمل تسبيحاته المريحة ، عند فراغه من مهامه الدينية ، ذهب ليلقي نظرة علي هاتفه ، وإذا برقم أبيه من كان يتصل به، أعاد الاتصال بأبيه ليجيبه صوت لا يعرفه صوت ليس بصوت أبيه قال له :

أأنت من عائلة السيد كريم بونمنان أجابه الفتى بالإيجاب فرد المتكلم أن البقية بحياتكم فالسيد قد عمل حادث مرور أودى بحياته...

jadidpdf.com

كانت صدمة نبيل قاسية جدا ، لكنه تمالك نفسه ولأن الله لا ينسي أحدا فقد مدّه بصبر وقوة في الإيمان بقضاء الله وقدره

بعد مضي شهر على الحادثة ،قرر نبيل المضي بحياته ، قرر ألا يدع حزنه على فراق أبيه يعيق مجرى سير حياته ،فقد كانت صدمته سببا في عدم خروجه من المنزل إلا لابتياع حاجيات من مأكل ومشرب وملبس له ولأمه ، وقد صار منطويا جدا...

قرر نبيل أن ينفذ قراره ، فعاد لكليته ليتم دراسته بها ، ولينمج اجتماعيا مع الناس ، لأنه بالفعل قد ظفر به الانطواء لمدة شهر جراء الصدمة

نبيل يدرس بكلية الطب ،وقد قطع وعدا أنه سيكتشف دواء ليساعد به أمه الغالية ، كان هذا الوعد قبل أن تلتهم الموت أباه ، أما اليوم فقد صار الوعد تحديا لابد من الخوض به ، لابد من النجاح به أيضا، فقد آلمه جدا خسارة أحد أبويه ولا يريد البتة أن يخسر الثاني...

توسل نبيل لجارته سعاد أن تعتني بأمه مقابل مبلغ مالي لا بأس به، مبلغ مالي مما تركه أباه ، فوافقت الجارة لكونها محتاجة ماديا ، وهنا تحرر نبيل من أحد أعظم مسؤولياته كما وأنه اطمأن أن أمه بأيدي أمينة ، فقد كانت سعاد قاسية القلب فعلا لكنها صدوقة ومخلصة وحين تعد تفي وأهم شيء أنها كانت مسؤولة جدا ويُعتمد عليها..

أصبح نبيل أسير مخبر الكلية محتكرا جلّ وقته الثمين لاكتشاف الترياق الذي يبحث عنه ، حتى إنه طلب الإذن

jadidpdf.com

من مدير الجامعة منحه حق العمل ليلا فوافق بعد جهد كبير...

تجارب بعد تجارب وتركيبات بعد تركيبات ، لأشيء يذكر لم يصل للقاح المنشود

بعد ليلة طويلة توجه نبيل لبيته. قبّل أمه واطمان عليها ثم توجه لغرفته ، انكب على سريره وغط في نوم عميق جراء تعبه ، كانت العناية الإلاهية تحيط به ، فقد كان سعيد الحظ إذ برؤيا تزور نومه العميق معلنة تركيبا كيميائيا غريبا جدا فتح عيناه على إثر تلك الرؤيا ، أسرع لدرج مكتبه وأخذ ورقة وقلم وكتب التركيبة ، خرج مهرولا قاصدا المختبر بالكلية ، دخل المختبر وشكل التركيبة وضعها في جهاز التحليل والدمج عشرة دقائق وتطابق اللقاح مع الإنزيم المسؤول عن مرض أمه ، أخذ فأر تجارب حقنه بمصل الخلية المسببة للمرض انتظر عشرة دقائق ، ظهرت على الفأر علامات المرض ،ثم أخذ اللقاح وحقنه به مجددا انتظر دقائق معدودة وإذا بالفأر يستعيد صحته تدريجيا ، صاح نبيل صيحة مدوية من شدة الفرح ، وهمّ بكتابة تقرير كامل عن اللقاح ووقع اسمه بآخر التقرير.

توجه لأمه مباشرة وحقنها باللقاح ، كانت الساعة الثامنة والنصف صباحا ، انتظر عشر دقائق ولم يلحظ التحسن الذي أراده ، تهكم وجهه وخاب أمله ، عاد للمختبر ليتأكد من التركيبة مجددا. ، فإذا به يجد المدير والأساتذة بالمختبر أطلعهم عن الأمر فقرر المدير أن يبعث بالتقرير واللقاح لوزارة الصحة كي يصادقوا عليه ليتم إنتاجه ، لكن

jadidpdf.com

نبيل لم يشأ أن يخبرهم بأنه لم ينجح مع أمه كما اعتقد وآمل...

بعد نصف ساعة جاءت الشرطة للكلية تبحث عن نبيل ، وجدته بالمختبر ، وألقت القبض عليه بتهمة تعريض حياة إنسان للخطر مع سبق الإصرار والترصد ،فقد قدمت سعادة شكوى لدى الشرطة حين وجدت أم نبيل تعاني من تشنجات وآلام عظيمة وعلمت أن نبيل وراء الأمر حين وجدت مخلفات الحقنة التي كانت تحوي اللقاح ...

أودع نبيل في السجن الاحتياطي لحين جلسة محاكمته ، كان في صدمة شديدة جراء ما سمع أنه قد حصل لأمه فقد كان ضميره يؤنبه لأنه السبب.

مضى يومان على وجوده بالسجن فإذا بشرطي يتوجه إلى زنزانته ويفتح بابها وهو يقول أنت حر الآن جاء إعفاء عنك ، خرج نبيل وهو يجر رجليه جرا فإذا بأمه أمام باب المركز تنتظره وبرفقتها سعاد ،لقد عمل اللقاح فعلا وكان يريد مزيدا من الوقت فقط ليظهر مفعوله... بكى نبيل على صدر أمه وبكت أمه بدورها وحتى سعاد..

أصبحت أم نبيل لا تعاني أي خطب ، وقد عولجت من مرضها المزمن ،كما أن وزارة الصحة بعد اطلاعها على اللقاح والتقرير قررت إنتاج المصل ، وعظم شأن نبيل ، اتجه لقبر والده والدموع تنهمر على خديه ، وقص عليه القصة أحس أن والده يسمعه بالفعل وأحس بفرحه لنجاح ولده الوحيد

jadidpdf.com

على المرء أن يؤمن بحلمه ، وأن يتبناه ويرعاه ويقدم له كل ما يجعله يتحقق ويصبح ضمن الواقع ...اجتهدوا لتحقيق أحلامكم

صارة بوشامة

jadidpdf.com

كوني قوية

فحياة تميت الضعيف قهرا
كوني الطيبة الجميلة الحنونة المحبوبة ذات قلب طيب
كوني جميلة راقية لا تظلمي أحد كوني لنفسك كل شيء
كوني منبع الحنان لنفسك ولي غيرك من يستحق كوني أشد
صلابة كي لا تسقطي إذا هبت عاصفة خداع وغدر تحملي
أكثر وأكثر نصيحتي لا تستسلمي للحياة مهما حدث دعي
الفشل والاستسلام لمن يتمناه لكي كوني الأفضل في كل شيء
في تصرفاتك وفي معاملاتك مع الغير شقي طريق النجاح
بنفسك ولا تعتمدي في حياة على أحد كي إذا فارقوك لا
تسقطي ولا تجدي أحد هاته أصعب قاومي كوني أم لنفسك
والأب لنفسك والأخ لنفسك تحدثي
بلطف هكذا انت جميلة كوني قوية ....ودعك من كلام
الغير فكلام ناس لا يجدي مصلحة ولا نفع.

سلافة منار

jadidpdf.com

كوني النسخة الأفضل من نفسك ..

كوني ما تشتهيهِ نفسك ، لا تتراجعي عند التعب ؛ بل اِستريحي قليلًا لتُكملي مشوارك الطويل بهمّة عالية .. أنتِ نجمة ، و صدّقيني أنَّكِ تستحقين هذا اللّقب ؛ أنتِ نجمة صعب الوصول إليك .. أنتِ رمز للوفاء و الحنان و العطف و الرقّة .. أنتِ مزيـج من أعظم الكلمات و أنقى العبارات .. أنتِ ملاك بهيئة إنسان ، إنَّكِ واللهِ لعظيمة ؛ فلتكوني على الأقلّ قدر هذه الصفة مع نفسكِ ، فلتكوني عظيمة و رائعة في عين نفسكِ ، أصلًا ذلك هو الأصل الأصحّ ؛ فمن يحبكِ دون شكٍّ سيراكِ جميلة بكل حالاتكِ و تصرفاتكِ .. لذا لا تحزني ؛ دعي الحزن جانبا و واصلي ، اسعي وراء أحلامكِ ، و صدّقيني لن تندمي عليها لاحقًا ، ستكونين كبيرة في عين نفسكِ ، سترَي العالَم بطريقةٍ مختلفة ، ستأتيك السعادة من حيث لا تدري .. تتفاءلي خيرًا و ستلقي خيرات من الله عزّ و جلّ _إن الله عفوّ كريم_

هديل حمادي

jadidpdf.com

لا أراك في غير القوة

سيدتي ، آنستي ، كيف السبيل ، و كيف المطاف ، و ما المآل !؟ كيف يليق بك الهزل ؟ كيف يليق بقلبك اللين الاستسلام ! و كيف يمكن لعلمك أن يضمحل بمجرد عثرة أو ربما عثرات ، كيف لقدراتك أن تختفي في حضور كلمات حمقاء محبطة ؟ كيف لك أن تحددي واقعك بناء على رأي و ظنون غيرك بك ، كيف يمكنك أن ترضي الهوان ، و أن تغدي أسيرة مبتورة الجنحان ؟ كيف لك أن توقفي نبضات قلب مفعم بالحياة و الأمل بمجرد فشل ؟! لا يليق بأهل العلم العزاء و لا بأهل القوة الفناء ، و لا بأهل الميت الهجاء .. لست أول من وقع و لست أول و آخر من تذوق مر و قراح الفشل ، لكنك أنت أول من تحملت الألم و العناء ، أنت صانعة المجد و العلا ، أنت من وقفت صامدة شامخة تجابهين حر و لفح العناء ، أنت من جاهدت و اقتبست النور لتنير دربك و ما جاوره .. أنت الأم نبع الحنان ، أنت السند نبع الأمان ، أنت المشجع بلا خذلان نبع القرار . أنت الأخت جوهرة الأسرة ، أنت قرة الأعين ، وأنت المؤنسة في وحش صمت القبور ، أنت البسمة فما تخفي ، وأنت الحياة فما حالك الفناء ، أنت زهرة كانون الثاني ، أنت مدرسة البارحة و الغد ، أنت نصف المجتمع و أنت قوامه و صلاحه .. إن لم تأبهي لذاتك و تقدري أهميتك فرجاء لا تقتلي تلك الأحلام المنيرة لعلك نبض أحدهم ، لا تيأسي كل شيء يمر وما تبقى غير تلك الذكريات التي لا جدوى من

jadidpdf.com

استرجاع ذكراها ، لا تفقدي أملا كان يدفعك فيم مضى ، لا تكوني مسجونة أسيرة .. اطلقي العنان لطموحك ، لأمالك ، لأحلامك ، لأمانيك ، لأفكارك .. اتركي تلك الأفكار تحلق بعيدا ستعود يوما ما مثمرة ، كوني قدوة الجميع ، كوني تلك المرأة الحديدية التي لا تهاب و لا تخشى شيئا ، كوني تلك المرأة التي لا ترضى الهوان ، كوني قوية فهذا ما يليق بك !..

أريج الحمدي

jadidpdf.com

نصيحة إلى أختي

كم أنت عظيمة وقوية يا أمي، قلمي يا غاليتي ينحني لكي احتراما وتعظيما، وخائف من تقصيره في حق وصفك يا نبض قلبي .....

كنت في عمر الزهور لا أعرف ما يحدث حولي، وكل ما أراه هو أمي، جميلتي تمسك ظهرها بألم، وأنا ايضا أتألم معها، بدأت أحلل لماذا أمي متعبة هكذا، أيعقل ذلك الشيء الغريب في بطنها يسبب لها هذا الألم والتعب الشديد، كرهت ما تحمله أمي بشدة، وشأت الأقدار حتى وضعت أمي صغيرتها، فأجزمت أن لا احد يحملها غير ابنها البكر سندها، وقوتها، ولا تعلم أنها هي مصدر قوتي و قدوتي، وضعوا الصغيرة بين يدي ونظرت في عينيها، ووقعت في حبها وعشقها، وصرخت بأنها ابنتي قبل أن تكون أختي، وقفت أمي أمامي مسلط أنظارها علينا وأخذت تقول: "اسمع يا ولدي أهديك قطعة ثانية من روحي، اهتم بها، علمها أمور دينها وعلمها كيف تكون قوية، علمها كيف تواجه قساوة الحياة، علمها أن الناس ليست محلا لثقة، علمها كيف تحافظ على نفسها، علمها أن تعيش الحياة ولا تلتفت إلى الوراء، اجعلها تفهم أنها جميلة في جميع حالاتها، قول لها لا تهتم بمن لا يستحقها، وأن تضع كرامتها فوق كل شيء، فلا شيء يستحق تهديرها من أجله". لهذا عهدت نفسي أن تحقيق رغبة أمي أصبحت دين عليا. اليوم ابنتي أو نقول أختي الغالية، تتخرج من كلية الشرطة، واذ هي تتقدم نحوي

jadidpdf.com

بلباسها الأنيق الذي يدل على القوة والسيطرة، وكبرياء وصل السماء، تحضنني بفرحة عارمة، وهمست في اذني :"استطعت الوفاء بعهدك أحبك يا أجمل قطعة أهدتها أمي لي" ، أمي ما زلت كلماتك تتردد على مسامعي،،، كم اشتقنا لك يا وردتي البيضاء .

خديجة الحسين برادا

jadidpdf.com

جميلتي

هنيئا لك .....

يا جميلة الجميلات، يا نجمة تلمع في السماء ،و يا وردة تفتحت بعطرها الأحاد، الحياة خلقت لك يا ابنة حواء ،انت لا أحد بعدك فالحنان تجمع في قلبك

تكونين بريئة عند أباك تتدللين انك قطعة من روحه ،بعدها تصبحين أما والجنة تحت أقدامك .

كوني قوية فانت سند الجميع، وركن يرتكز عليه كل شيء ، يا منبع الحنان ،و يا عفة حواء فهي اجتمعت فيكي انت ، تزيني بلباسك الفضفاض وحجابك ، إنك اجملهم .

كوني قوية يامن تستمد منها القوة ، أينما تواجدت لا تتركي المجال للحزن أن يهزمك فانت في مقام أعلى وأغلى من أن تنكسري وتضعفي، أمامك الكثير فلتمضي خطوة للأمام .

الحزن ،الاكتئاب، الفرحة والسعادة كلهم مقدرين لنا لكن لا نعلم متى سنحزن أو نفرح ، فالله يعلم الغيب ونحن ننتظر عفوه علينا فقط.

سميرة برادا

jadidpdf.com

كفاح انثى

تساؤلات جلى طرحت...
لحقوق أنثى نثرت...
لتهميشها وقفت...
ولتدنيسها أجرمت...
أين العدل هنا...
أين المساواة هنا...
أين...
لن ننتظر عدلكم...
بأيدينا سوف نحطم سبلكم...
ولتعظيمنا سوف نحرق أملكم...
أمل فيكم زرع الحقد فيكم...
ولمحوه سنوفيكم...
ولتجديده سنوافيكم...
كبرياؤنا عظيم...
واستعبادنا مستحيل...
ولهدم شعارنا هيهات الوصول...
شتان بين عز امرأة وغرور الأصول...
سنكافح حتى نصل لهدف موصول...
وخطوة للأمام ستكون الغد المرغوب...
والمغزى من هذا أن النجاح هو الموهوب...
والعدو بات مقلوب...
فنحن أمهات المستقبل....

jadidpdf.com

ومن غير هذا لن نكون...
رفعت الجلسة ونلتقي في يوم تاريخه تحدده منظمة حقوق المرأة...
ولهذا اليوم اشهدوا...
وبنجاحنا اهتفوا...
وبكفاحنا مثلوا...
وسابق عهدكم انحروا...

سميرة طعوش

jadidpdf.com

شظايا روحي

أرى نفسي في المرآة بملامح حزينة كسيرة يبدو اني لم اكن قوية لتلك الدرجة التي تخيلتها بل لست قوية من الاساس، في اول مشكلة قالبتني تطايرت قوتي كأوراق الاشجار في فصل الخريف وتساقطت فكان مصيرها الدعس بين الاقدام... لكن! الى متى الاستمرار بالاعتذار الكاذبة والسمح لنفسي بالضعف الى متى سأبقى اسيرة الذكريات ورهينة الماضي يجب علي الوقوف من جديد فبعد كل ليلة مظلمة صباح مشرق لن ادع احد يستمتع بضعفي وسوف اجرب كل الطرق الممكنة لنجاحي سوف اكسر القيود المحيطة بي وارسم مستقبلي بكل الخطوط الممكنة ليشهد العالم اني لست ضعيفة واني قمت بعد السقوط من جديد لأحقق النجاح واكون ما حلمت.

أنفال بومشوان

jadidpdf.com

جرعة أمل

الى كل فتاة طيبة... كسرتها الحياة وصدمتها مواقف الدنيا بعدما إحتضنتها بكامل عفويتها
إستيقضي وعيشي أخر لحظاتك الأنية إفرحي، إضحكي وأكسري الحواجز
كوني بطلة نفسك.. ..
إهزمي إنكسار روحك وتحدي الصعاب بكل شجاعة وحب وسعادة
أحبي ذاتك وكوني بسيطة فإن البساطة بحد ذاتها جمال
وليكن شعارك في الحياة 👸أكون أو أكون♡
كوني متفائلة ومبتسمة دائما فلا يليق بك إرتداء وشاح الحزن أبدا ياوردتي
كوني إمرأة تحب الحياة.. إمرأة شغوفة... قوية..
لاتسقطها الأزمات بل ترفعها للأمام
كوني إمرأة لاتهتم بما يسمى الحب فهو كذبة محمودة فلا تصدقيها... و
اعلمي ان الإستغراق في العمل هو أعظم دواء لسعادة ولقد لخص جورج برنارشو وصفته في السعادة حين قال" إن سر الإحساس بالتعاسة هو أن يتوفر لديك الوقت لتتساءل أسعيد أنت أم لا.... ".
فلاتنتظري أن يصنعوا لك وسام السعادة بل إصنعيه بنفسك وكوني أنت السعادة بحد ذاتها كوني ككتيل الحياة وإطوي صفحات الماضي التي سرقت نور وجهك وبريق

عينيك لاتدعي الأيام ترسلك الى كهف الحزن والمستحيل فإن كانت الحياة ضدك فعترفي لها بحبك أمام الملأ واخبريها أنك لا ولن تنكسري فخيباتك صرت أعشقها كما تعايشت مع أحزانك فلا شيئ سيوقفني لتحقيق أحلامي لن أيأس مرة أخرى ولتشهدي.....

بودماغ أمينة

JadidPDF

تم بحمد الله

مكتبة جديد بدف
JadidPDF.COM